॥ श्री ॥

प्रगतिमन्दिर ग्रंथमाळा.

ग्रन्थांक १९.

मनकामना पूर्ण करवानो मार्ग.

रची प्रसिद्ध कर्ता
प्रभुशंकर नरभेराम व्यास.
प्रगतिमन्दिर विश्वज्योति कार्यालय.
अडाजण, सुरत.

मूल्य रु. २-०-०

પોતાના મનમાં ધારેલી કામના એટલે ઈચ્છા પૂર્ણ કરવાનું સામર્થ્ય મનુષ્યમાત્ર ધરાવે છે.

આ પુસ્તક મળવાના ઠેકાણાં.

અડાજણ સુરત—

૧ વિશ્વજ્યોતિ કાર્યાલય
પ્રગતિમન્દિર અડાજણ સુરત

૨ સુરત

વિશ્વજ્યોતિ કાર્યાલય સુરત બ્રાંચ
બરોડાબેંકની સામે,
બાગાતળાવ રોડ, **સુરત.**

તથા

મુંબઇ, વડોદરા, અમદાવાદના સર્વ જાણીતા બુકસેલર્સો

સુરત-ચોટાના પુલ ઉપર આવેલા "શંકર" પ્રીન્ટીંગ પ્રેસમાં નારાયણરાવ લક્ષ્મણરાવ નીકમે છાપ્યું.

પરમાત્માની સુખમય સૃષ્ટિમાં વિહાર કરતા, સંપૂર્ણ સુખ પ્રાપ્ત કરવાને લાયક પરમપ્રિય શ્રીયુત

ને

કર્તવ્યપાલનની જાગૃતિ અર્થે
શુભ સ્મરણ અર્થે

તરફથી ભેટ.

યોજના

લગ્નાદિ શુભ પ્રસંગ નિમિત્તે અથવા પોતાના સ્નેહીની યાદગીરી નિમિત્તે આપણામાં કંઇ પણ લ્હાણી કરવાનો રીવાજ પ્રચલિત છે. વાસણો વીગેરેની લહાણી આજે સર્વ સામાન્ય થઇ ગઇ છે. તો તેમાં ફેરફાર કરીને ઉપયોગી પુસ્તકોની લહાણી કરવામાં આવે તો તે ઘણીજ કિમતી થઇ પડે છે. આ દિશામાં સત્પાત્ર સજ્જન પુરૂષો તરફથી કંઇ કંઇ પ્રયત્ન થાય છે અને તે અભિનંદનને પાત્ર છે. વિદ્યાદાન એજ સાચું દાન છે. અને તેમાં જીવનમાં ઉત્સાહ વર્ધક પુસ્તકોનો ઘેર ઘેર પ્રચાર કરવો એ મહાન પુણ્યનું કામ છે. તેથી આ મનકામના પૂર્ણ કરવાનો માર્ગ પુસ્તક તમને ઉપયોગી જણાય અને તેમાં પ્રતિપાદન કરેલા વિચારોનો ફેલાવો કરવા તમને ઇચ્છા થાય તો તમે તેમાં નીચે મુજબ મદદ કરી શકો છો.

૧ આ પુસ્તકનાં વાંચન જેવા બીજાં ઉપયોગી પુસ્તકો પ્રસિદ્ધ કરવાની આ લેખકની ધારણા છે તેની છપાઇ વીગેરે ખર્ચના કાર્યમાં મદદ કરીને.

૨ આ (મનકામના પૂર્ણ કરવાનો માર્ગ) પુસ્તકની બની શકે તેટલી પ્રતો લઇને ન્યાતમાં અગર ઇનામના મેળાવડામાં તેને વહેંચાવીને.

ઉદાર આત્મન પોતાની ઇચ્છામાં આવે તે રીતે આ કાર્યમાં ભાગ લઇ શકે છે પ્રત્યેક વાંચક ધારે તો તેની એક પ્રત પણ ખરીદીને અન્યને દાનમાં આપી શકે છે. સામટી પ્રતો ખરીદીને વહેંચવા ઇચ્છનાર પરોપકારી ગૃહસ્થને કિંમતમાં પણ ખાસ સગવડ કરી તેમના પોતાના નામ સાથેની નકલો પુરી પાડવામાં આવે છે

વ્યવસ્થાપક વિશ્વજ્યોતિ કાર્યાલય
પ્રગતિમન્દિર અડાજણ સુરત

ઉદ્દેશ



જીવનમાં નિરાશ થવાનો પ્રસંગ કોને નથી આવતો ? દુઃખરૂપ કસોટીમાંથી જગતમાં કોને પસાર થવું નથી પડયું ? સંસારની માયામાં રહ્યા એટલે એવા પ્રસંગો તો આવવાનાંજ. આવા સમયે એવું થાય છે કે મનુષ્ય પોતાનું ભાન ભૂલે છે. નિરાશા અને દુઃખની અંધારી તેનાં જીવન નેત્રની આસપાસ બંધાઇ જાય છે. એટલે શું કરવું તે તેને સુઝતું નથી. આ વખતે ખાસ કરીને જરૂર હોય તો તેને પ્રોત્સાહનનીજ જરૂર છે. તમારા દુઃખના શું ભાર છે ? તમે તેનાથી સહજમાં મુક્ત થઈ શકશો. દુઃખ નિવારવાનું તમારામાં સંપૂર્ણ સામર્થ્ય છે અને તમારી પાછળ પ્રભુના અદૃષ્ટ હાથની મદદ છે એ પ્રકારના ઉત્સાહ વચન કહેવાથી તે મનુષ્યના અંતરમાં રહેલો આત્મા જાગૃત થાય છે. નવીન બળ અને ચૈતન્ય પ્રવાહ તેમાંથી ઉભરાય છે. અને તે મનુષ્ય થોડા સમયમાંજ શિખરે સ્થિત થઈ શકે છે. આ શુભ કારી ઉદ્દેશને ધ્યાનમાં રાખી આ પુસ્તકની યોજના કરવામાં આવી છે. અને મનુષ્યને જે સત્યજ્ઞાનની જરૂર છે જે જ્ઞાનના પ્રભાવે તે મનુષ્યમાંથી મહેશ્વર થઇ શકે છે તે જ્ઞાનને અંદર ઉતારવા યથાશક્તિ પ્રયત્ન થયો છે. ગુજરાતની પ્રજા તેની કેટલી કદર કરે છે તે તો ભવિષ્યમાં જણાશે.

આખું પુસ્તક અનિર્વેદવાદના સિદ્ધાંતથી ભરેલું છે. અને હાલમાં પ્રજાને જરૂર હોય તો એકલા અનિર્વેદવાદનીજ છે. દુઃખ. શોક, ભય, ચિંતા આદિના પ્રસંગો મન ઉપર લાવવા ઉચિત નથી. તેમ તે સંભારવા અને સાંભળવા પણ ઉચિત નથી. દુઃખના વિચારો કરી કરીને કોણે સુખ મેળવ્યું છે એ કહી શકશો ? જેમ હલાહલ વિષમાં પ્રાણ હરવાનોજ ગુણ રહેલો છે તેમ દુઃખના વિચારોમાં દુઃખની સૃષ્ટિ ઉભી કરવાનો અને તે ઉભી કરનારનેજ તેમાં ગૃસિત કરવાનો ગુણ રહેલો છે. અને તેથી મનુષ્યે પ્રથમ કરવા યોગ્ય કર્તવ્ય એ છે કે દુઃખના વિચારો છોડી દઇ હંમેશાં આનંદ ઉત્સાહમાં રહી પોતાની આજુબાજુ સુખનું વાતાવરણ ઉભું કરવું અને તેમ કરવામાં આ પુસ્તક તમને મદદગાર થઇ પડશે.

પરમાત્મા તમારા આ શુભકાર્યમાં મદદગાર થાઓ એવી શુભ ભાવના પૂર્વક આ લઘુ પ્રસ્તાવના પૂર્ણ કરવામાં આવે છે.

ગતિ મન્દિર વિશ્વજ્યોતિ કાર્યાલય
અડાજણ સુરત.
પોષ શુકલ ૧૩, સોમવાર.
તા. ૧. ૧. ૧૯૨૩

} પ્રભુશંકર નરભેરામ વ્યાસ



અનુક્રમણિકા

मंगलम्



જગતના આદી અનાદી કારણ, ભક્તોનાં દુઃખ જોઈને દદરનાર. વિશ્વના કલ્યાણ અર્થે હલાહલ વિષનું પાન કરી નિલકંઠ નામ ધારણ કરનાર. વર આપવામાં કુશળ. ભક્તોની યોગ્યાયોગ્યતા પણ ન જોઇ તેને મનવાચ્છિંત આપનાર. સમગ્ર ત્રિભુવનમાં વ્યાપી રહેલા. કાળના પણ મહાકાળ સ્વરૂપ મહેશ્વરતનુને શકિત સહિત આરંભમાં સપ્રેમ નમન કરીએછીએ.



કમલ સરખાં નેત્રવાળા, કમલા જેમના ચરણ તળાસે છે તેવા. કરુણામય. કરુણા નિધાન. કોમલકર કેશવ શબ્દ વડે ભક્તોએ પ્રબોધાયલા શેષશાયી વિષ્ણુ ભગવાનને પણ આરંભમાં પુનઃ પુનઃ નમસ્કાર કરીએ છીએ.

વિઘ્નોના સમુહોનો જેના સ્મરણમાત્રથી નાશ થાય છે એવા, સિદ્ધિ બુદ્ધિના પતિ મહેશ સ્વરુપાભિન્ન દુંદાળા દુઃખભંજન શ્રી ગણેશની આ શુભકાર્યમાં સહાય તેમનું સ્મરણ કરી માંગવામાં આવે છે.



સકલ વિશ્વને પ્રકાશ આપનાર જગતના નેત્ર અને જીવનરૂપ પ્રત્યક્ષ દેવ સૂર્યનારાયણ ભગવાનને અમારા લાખેા પ્રણામ હેા.



જેનાથી આ જગત શક્તિવાળું છે એવાં શક્તિ સ્વરૂપ જગત જનનિ મહામાયા આદ્યશક્તિને અમારા કોટી પ્રણામ છે.

હે પંચાયતન દેવ ? આપની સહાયથીજ આજના શુભ દિવસે આ મહાન કાર્યનેા આરંભ કર્યો છે. તેને પરીપૂર્ણ ઉતારવાનું કામ આપના હાથમાં છે. હે દેવ ? કોઇ આપને સાકારરૂપે તેા કોઇ નિરાકારરૂપે પણ ભજે છે. મારી સત્તા અત્યારે આપથી પ્રથક નથી. હું આપને કયા સ્વરૂપે ભજું ? અંહપણાની મેં માની લીધેલી મિથ્યા ભ્રમણાને વિલાવી હું આપ સ્મરણમાં અત્યારે લિન થાઉં છું. લવણ (મીઠું) ની પૂતળી સિંધુજળમાં ભળી સિંધુરૂપ

થાય છે. દીપકની જ્યોતિ અન્ય જ્યોતિને મળી એકરૂપ થાય છે તેજ મુજબ આપ સ્મરણમાં લિન થતાં મારે આપનાથી ભિન્નતા રહેતી નથી. નાથ ? આ ભાવને સદાકાળ ટકાવી રાખશો.

આપ છો તેજ હું છું. અને હું છું તેજ આપ છો.

આ મહાનુભવ મતિમાં હંમેશને માટે દૃઢાવશો.

આ ગ્રંથ લેખનના કાર્યમાં હું ફક્ત યંત્રરૂપ બનું છું. તેને ગતિ આપનાર પ્રેરક રૂપ આપ છો અને રહેશો.

અસ્તુ હરિ ૐ શાંતિ.

જેની કૃપાથી વિશ્વ આ, પામ્યું આવિષ્કાર.
મંગલકારી તે પ્રભુ, પ્રણમું વારંવાર.

લેખક

તમને પોતાને આગળ વધવાની બહુ બહુ ઇચ્છા છતાં એક ડગલું પણ આગળ વધી શક્યા નથી. આ સ્થિતિમાંથી છુટવા માગતા હો અને જીવનના સાચા રહસ્યને જાણવું હોય તો

વિશ્વજ્યોતિ

પત્રના આજેજ ગ્રાહક થાઓ.

કલ્પવૃક્ષની માફક તમારી સઘળી ઇચ્છાઓ પૂર્ણ કરવાના સરળ અને અનુભવ સિદ્ધ વિષયો તમે ઘર બેઠાંજ આચારમાં મૂકી શકો તેવા તેમાં ચર્ચાય છે. સ્ત્રીપુરૂષ, બાળક સર્વને ઉપયોગી રમુજી અને ટુંકા લેખો પણ તેમાં આવે છે. ગમે તેવા નિરૂત્સાહી મનુષ્યની રગેરગમાં ચૈતન્ય પ્રેરે છે. ટુંકમાં ધર્મ અર્થ કામ અને મોક્ષ એ ચારે પુરૂષાર્થની સિદ્ધિ કરાવી તમે માંગો છો તે સુખ તમને અપાવવાના રસ્તા દર્શાવશે.

વાર્ષિક લવાજમ ફક્ત ત્રણ રૂા. આજેજ લખો. નમુનાનો અંક મફત.

વિશ્વજ્યોતિ કાર્યાલય.

પ્રગતિ મન્દિર,

અડાજણ—સુરત.

॥ ॐ श्रीं ॥

॥ श्री सद्गुरुदेव परमात्मने नमः ॥

મનકામના પૂર્ણ કરવાનો માર્ગ.

(૧)

મનકામના પૂર્ણ કરવાનો માર્ગ એટલે શું? આપણા મનમાં જે જે કામના એટલે ઇચ્છાઓ ઉત્પન્ન થાય છે તે પૂર્ણ કરવાની સરસમાં સરસ યુક્તિ અથવા ક્રિયા હાથ કરવી તેને મનકામના પૂર્ણ કરવાનો માર્ગ કહેછે. અને તેથી પોતાની ઇચ્છેલી વસ્તુ પ્રાપ્ત કરવાને માટે મનુષ્યમાત્ર પ્રયત્ન કરતા જોવામાં આવે છે.

મનકામના કોને નથી હોતી? સર્વનેજ તે હોય છે. ફક્ત તેમાં ફેર જુદા જુદા વિષયોનોજ હોય છે. સરળમાં સરળ રીતે સ્પષ્ટ શબ્દોમાં જણાવીએ તો મનુષ્યની પ્રવૃત્તિ પોતાની કંઇને કંઇ મનકામના પૂર્ણ કરવા માટેનીજ છે. થોડાં દ્રષ્ટાંત આપી તે સમજાવીએ.

એક વ્યાપારી વ્યાપારને કરે છે. સવારથી સાંજ સુધી પોતાની દુકાને બેસે છે. પોતાને ત્યાં ઘરાક શી રીતે વધારે

આવે, પોતાના માલનો ઉઠાવ શી રીતે વધારે થાય, તેના ઉપાયો તે રાત્રિ અને દિવસ વિચારે છે. આજકાલ સ્વદેશીના વ્યાપી રહેલા જમાનામાં પોતે સંગ્રહી રાખેલા પરદેશી માલનું વેચાણ કેવી રીતે જલદી કરવું એ વિચારમાં તેને રાતનાં પૂરી ઉંઘ પણ આવતી નથી. વિચારવાન મનુષ્યને આ વ્યાપારીના જીવન ઉપરથી તરતજ જણાઇ આવશે કે કેવળ ધન વિષયક મનકામના પૂર્ણ કરવાને માટેજ તે વ્યાપારીનો સઘળો પ્રયત્ન છે.

બીજું દ્રષ્ટાંત વિચારીએ. ખાટલામાં પડેલો આમતેમ રોગથી તરફડીયાં મારતો એક રોગી મનુષ્ય આરોગ્ય વિષયક મનકામનાને લઇ પીવા પણ ન ગમે એવા કડવા ઔષધોનું સેવન કરે છે. અમુક વૈદ્ય અથવા ડોકટર મને સારો કરી શકશે એવી કામનાથી તેની પછાડી તે પાણીની પેઠે પૈસા ખરચે છે. આ સર્વ શેને લીધે ? આરોગ્યરૂપ મનકામનાને માટે કે બીજા કશાને માટે ? વિચાર કરી જુઓ. તમને શું જણાય છે ?

તમારાજ ઘરની સામે રહેલા પેલા પરોપકારની મૂર્ત્ત અથવા દયાના સાગરરૂપ ગણાતાં ભાષ્કરરાવ પરમાર્થ કરવામાં પાછી પાની કરતા નથી. આ પરમાર્થ કરવામાં તેમનો શો હેતુ રહેલો છે. ઉપરથી જોતાં તો તમને કંઇજ જણાતું નથી. પણ ધીરા પડો. જરા ઉંડા ઉતરો. તેમના હૃદયનું નિરિક્ષણ કરો. જનસમાજમાં પોતાની વાહવાહ વધુ બોલાય. દાનવીર તરીકે તેઓ પ્રસિદ્ધ થાય એવી નાની સરખી કામના

તેમના હૃદયમાં રમી રહી આ સઘળી પ્રવૃત્તિ કરાવે છે.

જંગલમાં રહી જે આવી મળે તે ખાઇ પ્રભુનું સ્મરણ કરનાર ભક્ત પોતાની પ્રવૃત્તિ કયા હેતુને લઇ તે કષ્ટકારી હોવા છતાં નિત્ય પ્રેમપૂર્વક કરે છે. પ્રભુનો સાક્ષાત્કાર કરવારૂપ મનકામનાજ આ તેની સઘળી પ્રવૃત્તિના હેતુરૂપ છે.

• આ સ્થળે આવાં બીજાં અનેક દ્રષ્ટાંતો આપી શકાય તેમ છે. પણ તે સર્વ ઉપરથી સિદ્ધ કરવાનું એકજ છે. અને તે તો આટલાજ વિવેચનથી સિદ્ધ થઇ શકે તેમ હોવાથી ટુંકમાં જણાવીએ છીએ કે મનુષ્યના હૃદયમાં કંઇને કંઇ મનકામના તો રહેલી હોય છેજ. જો તે ન હોય તો કર્તવ્યમાર્ગજ અટકી પડી સર્વત્ર આળસનું સામ્રાજ્ય સ્થપાઇ રહે.

મનકામના પુર્ણ કરવી એ મનુષ્યમાત્રનો ધર્મ છે. વિશ્વવ્યવસ્થાપક સત્તાએ હેતુ પુરઃસરજ મનુષ્યના અંતઃકરણમાં તે સ્થાપેલી છે. કામનાનો જય કરવો કેમકે મનુષ્યને એ દુઃખમાં નાંખનાર છે એવું આજે ઘણાએ મનુષ્યોને જણાવાય છે. તેનું શું કારણ? કામનાના સ્વરૂપને બરાબર જાણ્યા વિનાજ આ કથન કરવામાં આવે છે. ખોટી કામનાઓ—અન્યનું અહિત કરવાની કામનાઓ—દુઃખરૂપ છે. અને મનુષ્યનું તે અહિત કરે છે. પણ વિશુદ્ધ કામના તો મનુષ્યને ઉર્ધ્વ માર્ગે લઈ જનારી છે. એક હાથમાં રોગ થયો હોય તો ઔષધોપચારથી તેને સારો કરવાનો બદલે તે હાથને

કાપી નાંખવો અથવા તે રોગી મનુષ્યને મારી નાંખવો એ એક પ્રકારની મૂર્ખતા છે તેમ અનાડીઓએ કામનાના સ્વરૂપને બરોબર ન જોતાં તેને બગાડી મૂક્યું છે. સ્વાર્થવૃત્તિની કામના મનુષ્યમાં દિવસે દિવસે વધી ગઇ છે. બીજાનું ગમે તેમ થાઓ પણ મારૂં ભલું થતું હોય તો અન્યની મને પરવા નથી એવું આજકાલ ઘણે ભાગે મનાવા લાગ્યું છે. અને આજ પ્રમાણે બીજી બાબતોમાં પણ રૂપવૃત્તિની, મોહવૃત્તિની, લોભવૃત્તિની એમ વિવિધ કામનાઓ પોતામાં ઉપજાવી કામનાના સ્વરૂપને વિરૂપ કરી મૂકવાનું કાર્ય થયું છે.

મનુષ્યને ખોટી કામનાઓ-ઇચ્છાઓ અવશ્ય દુઃખ ઉપજાવે છે. પણ એવું સારી કામના માટે નથી. તૃષાતુર મનુષ્યને પાણી પીવાની કામના થવી અને ક્ષુધાતુરને અન્નની કામના થવી એ શું તે મનુષ્યને દુઃખમાં નાંખનાર છે? કામના-ઇચ્છાને લીધે તો આખા વિશ્વની ઉત્પત્તિ થઇ છે. **एकोहंबहुस्याम** હું એક છું તે બહુ રૂપે-અનંતરૂપે થાઉં એ પ્રકારની ઇચ્છા પરમાત્માને સ્ફુરી હતી. તમે તમારા વ્યવહારથી કામનાને બાદ કરો. અને પછી તમને શું જણાય છે? સર્વ વ્યવહાર બંધ થયલો જણાશે. જે નોકરી ઉપર વખતસર જવાને માટે તમે ઘરમાં કદાચ ખાવાનું મોડું થયું હોય તો ધમપછાડ કરી મૂકતા કે પ્રસંગે તમારી નિત્યની દેવસેવા સંયમ ધારણા ધ્યાનને પણ બાજુએ મૂકતા તે નોકરી ઉપર જવાની તમારે શું જરૂર? મન

વિષયક કામનાને લીધે તમે નોકરી ઉપર જતા હતા તે તો હવે જતી રહી છે. આવીજ રીતે તમારાજ ઘરની સ્ત્રીને સંતતિ ન હોવાથી જેને અનેક બાધા આખડીઓ રાખવી પડતી હતી તેને પણ તેમ કરવાની હવે શું જરૂર ? કેમકે પુત્રવિષયક કામના તેની જતી રહી છે. આજ પ્રમાણે જગતના સર્વ વ્યવહારમાં સમજી લેવું. જો કામના નષ્ટ થાય તો ભકત ઉપાસના પણ કોની કરે ? વિદ્યાર્થી વિદ્યાધ્યન પણ શાનું કરે ? કામના નષ્ટ થવાથી તેમને કંઇ કરવાનું રહેજ નહિ.

જેની તદન કામનાઓ નષ્ટ થવા પામી છે તે પરમહંસ કહેવાય છે. પરમહંસને કંઈ કામના હોતી નથી. પણ આપણે તો સર્વ સંસારી છીએ. કાંઈ પરમહંસ નથી. અને તેથી કામનાઓને આપણે છોડી શકીએ તેમ નથી. કામનારૂપ સાડીથીજ આપણે પરમહંસ સ્થિતિને પણ પ્રાપ્ત કરી શકીએ તેમ છીએ. કાંઇ જન્મતાં વાર પરમહંસ થઈ જવાતું નથી. એ તો છેલ્લી પ્રાપ્તવ્ય સ્થિતિ છે. પરમહંસ સ્થિતિએ પહોંચનાર સંત પુરૂષના અંતઃકરણમાં પ્રથમ પ્રભુ દર્શનરૂપ કામના હોય છે. વિવિધ સાધન સાધવા રૂપ કામના હોય છે. પણ જ્યારે તેનો પરિપાક થાય છે, સાધનોનો અવધિ આવી ઈષ્ટ સાક્ષાત્કાર થાય છે ત્યારે તે પુરૂષને પછી શાની કામના રહે ? પકવાન જમી તૃપ્ત થનાર મનુષ્ય જેમ ક્ષુધાની બુમ પાડતો નથી. તેમ એવા સંતપુરૂષો કામના રહિત થઇ

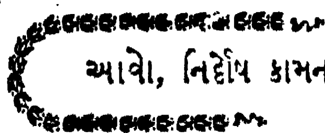
રહે છે. તેમને જે જે કામનાઓ હતી તે તો પ્રાપ્ત થઈ ગઇ હોય છે. ઘર બેઠાંજ જેને માંગેલી વસ્તુ આવી મળતી હોય તેને દુકાને દુકાને ભમવાની જરૂર રહે છે ખરી કે? શ્રીપતિની સમીપમાં દરિદ્રતાની બૂમ પડાય કે? બન્ધુઓ આ પ્રમાણે હોવાથી જે મહાપુરૂષો જીવન્મુક્તપણાને પામ્યા છે, તેમનું દ્રષ્ટાંત કામનાઓના સંબંધમાં અત્રે આપવું આવશ્યક હતું નથી.

કામના એટલે ઇચ્છા. તે સ્વયં દોષપાત્ર નથી. પણ તેના પ્રકારો મનુષ્યને દુઃખમાં નાંખનાર છે. અન્યના હુમલા વખત જે તરવાર આપણું રક્ષણ કરે છે તેની તેજ તરવાર આપણા ઉપર વાપરવાથી આપણોજ નાશ કરે છે. યોગ્ય પ્રમાણમાં શુદ્ધ કરેલો સોમલ અસાધ્ય વ્યાધિઓમાં તે હલાહલ વિષ હોવા છતાં કુશળ વૈદ્યો માત્રા તરીકે આપી તેનો ઉપયોગ કરે છે તેજ સોમલ અનાડી મનુષ્યનું મરણ નિપજાવવાના સામર્થ્યને પણ ધરાવે છે. આમ હોવાથી આપણે એ અનુમાન ઉપર આવવું પડે છે કે કામના એ બેધારી તલ્વાર છે તેનાથી સુખી પણ થવાય છે તેમ દુઃખી પણ થવાય છે.

જગતના મનુષ્યો હાલ કામના કેવી કરે છે? મને કરોડ રૂપૈયા કેવી રીતે મળે? હું આજેજ પૃથ્વીમાં સર્વો- પરિપણું કેમ પ્રાપ્ત કરૂં? રૂપવતિ સ્ત્રી મારા પ્રતિ શી રીતે આકર્ષાય? મારા સામેના ઘરમાં ભરેલા

રૂપૈયાના કોથળાઓ મારા ઘરમાં શી રીતે આવી જાય ? આવીને આવીજ અનેક ઢંગધડા વિનાની કામનાઓ આજે થતી જોવામાં આવે છે. અને પછી તેને સફળ થવાની આશા રખાય છે. અને આ રીતે તે મનુષ્યો લીમડામાંથી મીઠાશની, અને ઇંદ્રવારણામાંથી આમ્રફળની આશા રાખે છે. કહેશો કે આ આશા કેવી રીતે પૂર્ણ થાય ?

પ્રથમ તમારે તમારી કામના કયા વિષય પ્રતિ વળેલી છે તેનો નિર્ણય કરવાની જરૂર છે. નિર્દોષ કામનાઓનેજ મનુષ્ય પૂર્ણ કરવાનું સામર્થ્ય ધરાવે છે, આ બાબત ખાસ સ્મરણમાં રાખવાની અગત્ય છે. કેટલીક કામના એવી હોય છે કે ઉપરથી નિર્દોષ સરખી જણાતી છતાં ગર્ભિત રીતે તેમાં તેને સેવનાર મનુષ્યનો કંઈ પણ ગુપ્ત આશય રહેલો હોય છે. અને તેવી કામના અન્યને ભલે દોષ વગરની જણાતી હોય તો પણ કદીજ સિદ્ધ થતી નથી.



આવો, નિર્દોષ કામનાઓને પૂર્ણ કરવાની ઇચ્છાવાળા અધિકારી બંધુઓ આવો. કામનારૂપ શસ્ત્રનો વાસ્તવ ઉપયોગ કરો. તમને ઉર્ધ્વ સ્થિતિએ લઇ જનારૂં અને જે સુખને માટે તમે રાત્રિ દિવસ પ્રયત્ન કરો છો તે સુખનું દર્શન કરાવનારૂં અમોઘ સાધન તે છે. કંઇ કેટલા મનુષ્યોએ તેનો વાસ્તવ ઉપયોગ કરી મનવાંચ્છિત ઉન્નતિને પ્રાપ્ત કરી

છે અને હજી પણ કર્યે જાય છે. તમે પોતે પણ એનાવડે જે ધારો તે કરી શકવા સમર્થ છો. કાળા વાદળની પાછળ ગુપ્ત રીતે જેમ સૂર્ય સંતાયલો હોય છે તેમ એ સામર્થ્ય તમારામાં સંતાયલું છે. તમારા મન ઉપર તમે આજ સુધી કાટના થરો બાઝવા દીધા છે. વિષયોને વિષયોમાંજ તેને રમાડયું છે તો હવે જાગ્રત થાઓ. તમારા મનને ભિતર ઉતારો. અન્ય કયાંહી પણ જોવાનું નથી. જે છે તે તમારી પાસેજ છે. આત્માભિમુખ થાઓ. મનને ત્યાંજ વાળો એટલે એ ગુપ્ત સામર્થ્યની તમને પ્રતિતી થશે. એક અંધ મનુષ્યને નેત્ર આવવાથી જેટલો આનંદ થાય તેટલોજ આનંદ અને તેટલોજ હર્ષ તમને એ સામર્થ્યની ઝાંખી થવાથી થશે. તમે આજ સુધી તમને સામર્થ્યહિન દીન દુઃખી અને કંઇપણ માલ વગરના સર્વના 'સેવક' માનતા હતા તે સામર્થ્યપૂર્ણ માનતા થશો.

પણ તે કયારે ? સામર્થ્યને માટે અમે આટલાં આટલાં વલખાં મારીએ છીએ. સુખને પ્રાપ્ત કરવા માટે અમે અમારા લોહીને પાણી એક કરીએ છીએ. છતાં અમને તેનાં દર્શન સ્વપ્નમાં પણ થતાં નથી. તેથી આ જીવન દુઃખ ભોગવવાનેજ સર્જાયલું છે એ પ્રકારના નિશ્ચયને અમારે સ્વીકારવો પડે છે. બંધુઓ આ પ્રમાણે બોલી હતાશ ન થશો. તમારું જીવન દુઃખમય નથી. અને જો હોય તો તે તમેજ બનાવ્યું છે. તમે તેને સુધારી શકો તેમ છો. દુઃખ ટાળવાના

ઉપાયો જાણ્યા છતાં શા માટે દુઃખથી ગભરાવું ? ઘરમાં અખૂટ સંપત્તિ દાટેલી છે એવી ખબર પડવા છતાં તેને ખોદી કાઢવાને બદલે નિર્ધનતાની બૂમ શા માટે પાડવી? વાતોના પ્રદેશમાંથી બહાર આવો અને આચારમાં ઉતરો તોજ તમે સુખના ભોક્તા આજ જન્મમાં થઇ શકશો.

આ પુસ્તક તમને વાંચવાને માટે નથી. પણ તેમાં પ્રતિપાદન કરેલા નિયમો તમારા આચારમાં મૂકવા માટે છે. આપ્યું અને તાપ્યું જેમ ક્ષણિક છે તે સ્થાઇ રહેતું નથી. તેમ અનુભવમાં મૂકયા વગરનું વાંચન મગજ અને આંખને શ્રમ આપવા ઉપરાંત બીજા કશાજ અર્થની સિદ્ધિ કરાવનાર નથી. વાંચવાનું તો એટલું બધું છે કે આખી જીંદગી પર્યંત વાંચવામાં આવે તો પણ તેનો પાર આવે તેમ નથી. સુખ છે તે અનુભવમાં છે. વાતોના વડાંથી કાંઇ પેટ ભરીને જમાતું નથી તેમ એકલા વાંચનથી અર્થસિદ્ધિ થતી નથી.

અનુભવરૂપ રંગથી રંગાઇ શુભ્ર અને તેજસ્વી બનો. અને પછી જુઓ કે વિશ્વમાં તમારો જય જયકારજ છે. અનૌરસ પુત્રની માફક તમે પણ પ્રભુની પાસે સુખ સંપત્તિ જ્ઞાન આરોગ્ય કે જે વાસ્તવે પ્રભુની મિલ્કત છે તે હક્ક કરીને માંગી શકશો. પ્રભુરાજ્યમાં તમને ન મળે એવું કાંઇજ ન રહેશે. આને માટે પ્રથમ તમે તમારા અંતઃકરણમાં જે અવિહિત ઇચ્છાના કાટના થરને થર બાઝવા દીધા છે

તેને દૂર કરવા પડશે. ઉત્તર તરફ જવાનો વિચાર હોય તો ઉત્તર તરફજ આપણે પ્રયાણ કરવું જોઇએ. દક્ષિણ તરફ પગ ભરીએ અને જવા ધારીએ ઉત્તર તરફ તો કોઇ કાળે પણ આપણી ઇચ્છા પૂર્ણ થવાની નથી. અંતઃકરણની વિશુદ્ધતા સર્વ ઉપર ભ્રાતૃભાવ અને અન્યનો ઉત્કર્ષ જોઇ તેના ઉપર અંદરખાનેથી બળવાને બદલે સાચો હર્ષ. આ સર્વ ગુણો મનકામના પૂર્ણ કરવા ઇચ્છનાર મનુષ્યમાં સ્વભાવથીજ હોવા જોઇએ. અને જો તે ન હોય તો તરતજ પ્રકટાવવા જોઇએ.

પુનરાવર્તન કરીને ફરીને તેની તેજ બાબત જણાવું છું કે જેમ સ્ત્રીઓની સુંદરતા તેના શિયળમાં છે. વાણીની સુંદરતા તેની સત્યતામાં છે. ભાષાની સુંદરતા તેના વિચારમાં છે. તેમ ક્રિયાની સુંદરતા તેના અનુભવમાંજ સમાયલી છે.



(૨)



મારી મનકામના પૂર્ણ કરવાની તમને કદી તિવ્રેચ્છા પ્રકટી છે ખરી ? આ પ્રશ્નનો ઉત્તર આપતાં પૂર્વે તમારાજ અંતઃકરણમાં ઉંડા ઉતરી તેનો ખૂબ વિચાર કરજો. લક્ષમાં રાખજો કે ઇચ્છા અને તિવ્રેચ્છા એ બેમાં બહુ ભેદ છે. ઇચ્છાઓ તો આપણા અંતઃકરણમાં સામાન્ય રીતે ઘણીએ ઉઠયા કરે છે. અને ચોમાસાનાં અળશીયાની માફક અલ્પ-કાળમાં નાશ પામે છે. આજે અમુક ઇચ્છા થાય છે તો કાલે વળી બીજીજ ઇચ્છામાં મન રમતું હોય છે. આ સર્વ ઇચ્છાને તિવ્રેચ્છા કહી શકાય નહિ. તિવ્રેચ્છાનું સ્વરૂપ સામાન્ય ઇચ્છા કરતાં તદન જુદુંજ હોય છે. એજ સુખનુ સાધન છે. આને માટે અનુભવી પુરૂષો કહે છે કે

તીવ્રેચ્છા સુખ સાધન, પ્રકટાવે નહિ જો જન,
સુખનું નહિ તો દર્શન, થવું કલ્પે વેદવચન;

જેના અંતઃકરણમાં સાચી તીવ્રેચ્છાનો ઉદય થયો છે તેના હૃદયમાં તેણે પ્રાપ્ત કરવા ધારેલી ઇચ્છા સિવાય અન્ય ઇચ્છાનો વાસ હોતોજ નથી. તે જ્યાં જાય છે જે જુએ

છે. તેમાં સર્વ તિવ્રેચ્છાનેજ જુએ છે. રણ ઉપર ચઢેલા એક શૂરવીર મનુષ્યને મારવું કે મરવું એ બે વિના જેમ અન્ય સુઝતું નથી તેમ તીવ્રેચ્છાવાળા મનુષ્યને પોતાની ઇચ્છા પ્રાપ્ત કરવાના માર્ગ સિવાય બીજું કાંઇ સ્ફુરતું નથી. આવા મનુષ્યજ ધારેલા સુખને પોતાની ઇચ્છાના બળે પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

તમારા અંતઃકરણમાં જે તીવ્રેચ્છા ઉઠી હોય તેનું સ્વરૂપ પ્રથમ નક્કી કરો. તમારા ધ્યેય રૂપ તેને બનાવો અને પછી તેને પ્રાપ્ત કરવાના માર્ગને અનુભવમાં મૂકો આ સરળમાં સરળ યુકિતથી તમે થોડાજ સમયમાં ઘણાજ આગળ વધી શકશો.

જેમ વહેતી નદીના પાણીના પ્રવાહના અનેક ફાંટા પાડવામાં આવે તો તેનો વેગ ક્ષીણ થઇ જાય છે તેમ તમારા મનમાં પણ જો અનેક કામનાઓ રહી હશે તો તમે એક પણ પૂર્ણ કરી શકવાનું સામર્થ્ય મેળવવાના નહિ. ઘાંચીના ઘરના બળદની માફક ગમે તેટલું ચાલવા છતાં તમને ત્યાંને ત્યાંજ અનુભવવાના.

આજે ધન મેળવવાની તો કાલે આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરવાની તો ત્રીજે દિવસે સ્ત્રીની તો ચોથે દિવસે પુત્રની એવી ભિન્ન ભિન્ન કામનાઓ તમારા અંતરમાં પ્રકટાવીને તમારા બળનો ક્ષય કરશો નહિ. ગમે તે એકજ કામના રાખો. તે પૂર્ણ થાય ત્યારેજ બીજી ઝાલો.

જે મનુષ્યને પોતાના અંતઃકરણની કામના સિદ્ધ કરવી છે તે તો સદા સર્વદા સર્વ વ્યવહારમાં તેનેજ જુએ છે. તેનું લક્ષ્યબિંદુ તેના ઇપ્સિત ઉપરજ હોય છે. ધારેલા લક્ષ્યસ્થળ ઉપર પોતાની વૃત્તિને ઠરાવવાથી લક્ષ્યની સિદ્ધિ અનુભવાય છે. દ્રોણગુરૂએ જ્યારે પાંડવ અને કોરવોની પોતાની શાળામાં અભ્યાસ કરતા હતા ત્યારે એક દિવસ પરીક્ષા કરવાનો વિચાર કર્યો. બહાર ચોગાનમાં એક વડના વૃક્ષ આગળ ગયા અને તેની એક ડાળ ઉપર એક પક્ષી બેઠું હતું તેના માથાને વિંધવા જણાવ્યું. એક પછી એક શિષ્યોને પોતાની પાસે બોલાવ્યા અને બરાબર માથામાંજ બાણ વાગે તેમ કરવા જણાવ્યું. પણ તે પૂર્વે તેમણે કહ્યું કે ક્રિયા તો આ કરવાની છે પણ તમે એ તમારા લક્ષ્યને બરાબર જોઇ શકો છો કે નહિ તે મને જણાવો. શિષ્ય જોવા લાગ્યા અને કહ્યું. ગુરૂજી અમે આ પક્ષીને બરાબર જોઇ શકીએ છીએ. ગુરૂએ પૂછ્યું. શું જુઓ છો તો કોઇએ કહ્યું અમે પક્ષીના પગ જોઇએ છીએ તો કોઇએ પાંખ, તો કોઇએ આંખ. એમ ભિન્ન ભિન્ન પ્રકારે જણાવ્યું ગુરૂએ વળી પૂછ્યું કે તમને તે સાથે બીજું કાંઇ જણાય છે. શિષ્યો કહેવા લાગ્યા અમને વડની ડાળ જણાય છે. પાંતરા જણાય છે આ પ્રમાણે બોલ્યા. ગુરૂએ કશો પણ નિર્ણય આપ્યા વિના જેઓ આવો જવાબ આપતા હતા તેમને બાજુએ ઉભા રાખતા હતા છેવટ અર્જુનની વારી આવી તેને પણ

પૂર્વ માફક પૂછવામાં આવ્યું. અર્જુને કહ્યું હું તો એ પક્ષીનું માથુંજ જોઇ શકું છું. બીજું કાંઇ જણાય છે એમ પૂછતાં કહ્યું કે મને તો માથા વગર બીજું કંઇજ જણાતું નથી. ગુરૂએ તરતજ અર્જુનને પાસ કર્યો. અર્જુને બાણ માર્યું અને અચુક પક્ષીના માથામાંજ વાગ્યું. આ દ્રષ્ટાંતથી સમજવાનું એટલુંજ છે કે તીવ્રેચ્છા જેના અંતરમાં પ્રકટી છે તે પણ સર્વ સ્થળમાં પોતાના વિષયનેજ જોતો હોય છે.



(૩)

મનકામના પૂર્ણ કરવાની ઇચ્છા તો ઘણાને હોય છે. પોતાને મનગમતું મળે એવી ઇચ્છા કોના હૃદયમાં ન હોય ? છતાં પોતાની ઇચ્છા પૂર્ણ થાય એવી છે કે નહિ તેનો વિચાર આજે કોઈ કરતું નથી. પૂર્વે પણ આ બાબત જણાવવામાં આવી છે અને તે મહત્વ પૂર્ણ હોવાથી ફરી તે ઉપર ધ્યાન ખેંચીએ છીએ. એક પંદરથી વીશ નો પગાર મેળવનાર કારકુન કલેકટર કે જડજ થવાની કામના કરે તો તે કોઇ દિવસ પૂર્ણ થતી નથી. મનકામના પૂર્ણ કરવા ઇચ્છનારે એટલું સ્મરણમાં રાખવાની જરૂર છે કે કુદરતની રચનામાં સર્વ કામ વ્યવસ્થાથી થાય છે. જગતના મનુષ્યોનો સ્વભાવ તો આજે આંબો વાવી કાલે તેની કેરી ખાવા રૂપ વૃત્તિ કરવાનો છે. અને જ્યારે આ પ્રમાણે ધારો કે થઇ શકયું તો કુદરતમાં કેટલી બધી અવ્યવસ્થા થઇ જાય તે વિચારો. તેથી આપણી ઇચ્છા અસ્વાભાવિક ન હોવી જોઇએ.

પ્રત્યેક વસ્તુનો ઉપયોગ દુરૂપયોગ હોય છે. મનુષ્યોના મન ઓછાં અને અધુરાં હોય છે. ઉન્નત ભૂમિકાએ ચઢવાને બદલે તેઓ નીચાણના પ્રદેશોમાં વધુ સહેલાઇથી ગબડી શકે છે. મનકામનાને પૂર્ણ કરવાની યુક્તિ હાથ કરીને તેઓ કંઈ કંઈ અનાચારના કામો કરવા તૈયાર થઈ જાય છે. જો કે

તેમ કરવાથી તેમની એ હાથ કરેલી યુક્તિના બળનો નાશ થાય છે પણ તે જેટલો સમય રહે છે તેટલામાં પણ ભયંકર નિવડયા વિના રહેતા નથી. ઈશ્વરી સંકેત એવો હોય છે કે એવા પુરૂષોને તેના પાપનો બદલો મળેજ. આ સંબંધમાં એક દ્રષ્ટાંત આપીએ.

એક જંગલમાં રહેતા વાસના જાળથી બંધાયલા અને પાછળથી યોગી થએલા એક માણસે પોતાની કામના સિદ્ધ કરવાના બળને પ્રાપ્ત કર્યું હતું. તે જંગલમાં એક વખત કોઇ યુરોપીયન સાહેબનો મુકામ થયો. પેલા યોગીની દ્રષ્ટિ સાહેબની શ્વેતાંગ સુંદરી ઉપર ગઇ. અને જ્યારે તે સાહેબ બહાર ફરવા ગયા હતા ત્યારે તેની ગેરહાજરીમાં તંબુ આગળ આવી કામ કરનારી આયા પાસે તે મડમના માથાના ઉતરેલા નિમાળા (વાળ) ની એક લટ માંગી આયા વિચારમાં પડી સાંધુબાવાને તે વળી એનું શું કામ હશે એમ વિચાર્યું અને પોતે ઉસ્તાદ હોવાથી તંબુમાં પડેલી એક કામળની લટ કાતરથી કાપીને આપી. કામનાથી અંધ બનેલા તે યોગીએ તો પેલી લટને મડમના વાળજ ધાર્યા. તે લઇ ઝુંપડીએ ગયો. આ સર્વ વ્યવહાર બની ગયા પછી તેજ રાત્રિના બારનો સમય થયો અને તે સાહેબના પત્નીને આકર્ષણ થવા માંડ્યું. પોતાને કોઇ અગમ્ય સત્તા ખેંચતી હોય એમ તેને લાગ્યું. મનને પણ આકળવિકળ થવા લાગી. સાહેબને પણ એ વાતથી વાકેફ કર્યા. તંબુના બધાંજ માણસો જાગ્રત થયા

અને મડમ સાહેબને આમ એકાએક શાથી આમ છે તે વિચારવા લાગ્યા. પેલી બાવાએ બપોરે બનેલો બનાવ સાહેબને કહ્યો. એટલામાં તો પેલી કામળ ઉંચકાઈ યોગીની આકર્ષણ શક્તિથી તે ખેંચાતી હતી અને યોગીએ તેને મડમના વાળની લટ માનેલી હોવાથી તે ભાવનાની અસર મડમના અંતઃકરણને પણ થતી હતી. બાહોસ સાહેબ સઘળીજ બાબત સમજી ગયો. મડમને કોઈ પણ રીતે ન ખીજવવા જણાવ્યું. સીપાઈઓને તેનું રક્ષણ કરવાનું સોંપી ભરેલી રીવોલ્વરે તે બહાર નીકળ્યો. કામળ આકાશમાં તંબુની બહાર આવી હતી. અને યોગીની ઝુંપડી પ્રતિ આકાશમાં જતી હતી. સાહેબ તેની પાછળ પાછળ ગયો. કામળ યોગીના પગ આગળ જઈ પડી. મડમને બદલે કામળ આવવાથી યોગી ગભરાયો. નક્કી કંઈ દગો થયો છે એમ ધાર્યું. પણ તે પુરો વિચાર કરે તે પહેલાં તો સાહેબે ત્યાં જઈ પહોંચી યોગી ઘણો ભયંકર માણસ લાગવાથી તરતજ તેને રીવોલ્વરથી ઠાર કર્યો. યોગીની દુષ્કામનાનું પરિણામ મૃત્યુમાં આવ્યું.

પોતાના હાથમાં સિદ્ધિ આવી હોય તો તેવા પ્રત્યેક મનુષ્યે આ ઉપરથી સ્મરણમાં રાખવાની જરૂર છે કે તેનો વિહિતમાર્ગમાંજ ઉપયોગ કરવો. નહિ તો પરિણામ વિનાશમાંજ આવે છે. આપણે કેટલીએ વખત સાંભળીએ છીએ કે કેટલાક માણસો આજકાલ કોઈ દૈવીશક્તિની ઉપાસનાને બદલે આસુરીશક્તિની ઉપાસના સિદ્ધ કરી તેના બળે [illegible] [illegible] કામ કરાવે છે. આવા જે મનુષ્યો હોય છે તેની શક્તિ

નથીજ. આવી હલકી વિદ્યાઓને સંપાદન કરી પોતાના સ્વાર્થને ખાતર કોઇ મનુષ્યના ઉપર તેનો ઉપયોગ કરવો કોઇ પણ રીતે હિતાવહી નથી.

જગતના મનુષ્યો તરફ જોતાં એવું પણ જણાય છે કે તેઓ અલ્પકાળમાં વધુ ફળની આશા રાખે છે. અને પોતાની આ આશા સત્વર પૂર્ણ થાય તેટલા ખાતર ભુવા તથા જતીઓના આશ્રયને શોધે છે. જ્યાં આવા મનુષ્યો હોય છે ત્યાં એવી મેલી શકિતના આશ્રયવાળા ભકતોનું પણ ઠીક ફાવે છે. કોઈ સ્ત્રીને પોતાનો પતિ વશ ન થતો હોય તો તેને વશ કરવા વશીકરણ કરાવવાનું હોય છે. તો કોઇને શોકયનું સાલ કઢાવવાનું હોય છે. તો કોઇને છોકરા માટે દોરા ધાગા લેવાનું કાર્ય હોય છે. પોતાનાં આવાં ક્ષુદ્ર કામોની સિદ્ધિ અર્થે તેઓ એવા પુરૂષોનો આશ્રય લેછે. અને પરિણામે સુખને બદલે દુઃખને અનુભવે છે.

કામનાને પૂર્ણ કરવાની ઇચ્છાવાળાં બહેનો અને ભાઇઓ તમારી મનકામના પ્રભુ વિના કોઇજ પુરે એમ નથી. મનકામના પૂર્ણ કરવાનું સામર્થ્ય એક પ્રભુમાં અને પ્રભુથી ઉતરતાં પ્રભુના અંશરૂપ તમારા પોતાનાજમાંછે. એ વિના બીજે કયાંહિ જશો નહિ. જ્યાં જશો ત્યાં દુઃખનેજ અનુભવશો. ઠોકરો ખાઇ ઠેકાણે આવવું તેના કરતાં પહેલાંજ ચેતો. પ્રભુના વિના બીજા કોઇનો આશ્રય શોધશો નહિ. આશ્રય શોધવો હોય તો તમારા સ્વસ્વરૂપનો શોધશો.

પ્રભુને મૂકી તમે શું બહાર જાઓ છો. ગંગાના મીઠા જળને પીવાનું મૂકી ગંધાતા ખાબોચીયાં પ્રતિ દ્રષ્ટિ કરવાનું મન કેમ થાય છે ? મીષ્ટ પકવાનને ખાવાનાં છોડી એક સુકા રોટલાના ટુકડા માટે ઘેર ઘેર ભીખ માંગવાનું મન કેમ થાય છે ? મંજુલ મનોરમ વાણીમાં તત્વવિદ્ પુરૂષો પણ કહે છે કેઃ—

તારા મનના. પ્રભુવિણુ, કોઈ મનોરથ નહિ પૂરેરે,
જ્વાળા દુઃખની ઓલવી, શાંતિ ના કોઈ કરે ઉરેરે;
ઉંચે નીચે શીદ તું ભટકે, સુખાર્થ શીદ શિશ નિશદિન પટકે
ક્યાંહિ ન શાંતિ મળે, મહરે, ભુવરે, ભુરેરે; તારા૦
મિષ્ટ મળે જળ ગંગા માંહિ, મરૂ ભૂમિમાં બિંદુ નહિ ભાઈ,
મિથ્યા આશામાં શીદ આમ વૃથા ઝુરેરે; તારા૦
પ્રભુના ચરણનિકટ ઝટ જાજે, સુખ વિભવાદિ ચહે જો ? આજે,
પ્રભુથી અનવધિ સુખ અહ્યું જો ? અસુરે સુરેરે; તારા૦
પ્રભુથી ન મળે એવું ન કાંઇ, સમજી સદ્ય પ્રભુપદ સ્હાઈ,
કર સત્વર દુઃખ દૈન્ય બધું તારૂં દૂરેરે; તારા૦
પ્રભુ સમ ધણી ન કોઈ જગતમાં,તત્પર રહેજે નિજ જનહિતમાં,
સંશય તજી જોડઈ જા, ઝટ પ્રભુના ધુરેરે; તારા૦
હજાર હાથથી સુખ દેનારા, પ્રભુ તજી જે બીજે જનારા,
ખાતાં છાલાં અરૂચિ અતિચારી કુરેરે, તારા૦
નરહરિ પ્રભુ આ જ્વલંતકલિમાં,જાગ્રત લહી તુજ હૃદયકમળમાં,
સેવી અખિલ પામ સદ્બુદ્ધિ જો સ્ફુરેરે; તારા૦

વ્યવહારમાં જ્યારે જ્યારે પણ નિષ્ફળતા અનુભવવાનો સમય આવે. તમારો ગંતવ્યમાર્ગ તમને ન જણાય અને તમે જીવનમાં કેવળ નિરાશ થઇ ગયા હો તે વખત પ્રભુને શરણે જાઓ. જગતના જીવો પાસે તમારા દુઃખથી મુક્ત થવાની આશા રાખશો નહિ. તેમાં તો કેવળ નિરાશાજ મળશે. અંતઃકરણમાં ઉંડા ઉતરો તેમાં વસી રહેલા પ્રભુથી તન્મય થાઓ. દુઃખથી મુક્ત થવાનો નિર્ભયમાં નિર્ભયમાર્ગજ આ છે. સ્વાર્થ અને પ્રપંચમાં રચી પચી રહેલાં મનુષ્યો જે જાતેજ દુઃખી છે. પોતાનેજ જેઓ દુઃખમાંથી છોડવી શકતા નથી તે તમારૂં દુઃખ શી રીતે ટાળશે.

ભલું કરનારનું હંમેશાં ભલું થાય છે એ સૂત્ર અનુસાર તમારા જીવનને શુભ કર્તવ્યોથી ભરો. જગતમાં પર ઉપકારી થાઓ. અન્યના દુઃખ જોઇ દ્રવવું તેને મદદ કરવી એ પ્રત્યેક મનુષ્યનું મનુષ્ય તરીકેનું મુખ્ય કર્તવ્ય છે ને તેના પાલનમાંજ વિજય સમાયલો છે. કોઇનું પણ અહિત ઇચ્છશો નહિ. કુદરતનો એવો નિયમ છે કે મનુષ્ય જેવું માગે છે તેવું તે તેને આપે છે. મનુષ્યના ચિંતન અનુસારજ તેની સૃષ્ટિ રચાય છે. તમારી દ્રષ્ટિએ ભય ચિંતા વ્યાકુલતા ક્રોધ, શોક સંતાપ જે કાંઈ જણાતું હોય તેમાં દોષ તમારોજ છે. આ ઝીણી ઝીણી બાબતો છે તેને સમજતા થાઓ અને પછી તમારૂં જીવનનાવ હંકારો. ભવસમુદ્રમાં તેથી તમને કોઇપણ રીતની મુંઝવણ નહિ રહે. તમે સુખના કિનારાનું પણ

અલ્પ સમયમાં દર્શન કરવા શક્તિમાન થશો. અને તમારા મનની ઇચ્છાઓ પૂર્ણ થએલી તમે અનુભવશો.

વાંચો નહિ પણ વિચારો ઘણું. બોલો નહિ પણ કરો વધારે. આ સરળ સૂત્રને તમારા સ્મરણપટ ઉપર કાયમ ઠસાવી હવે પછી આ પુસ્તકને અવલોકવાનું રાખશો. તેનો એકે એક પાઠ અને શબ્દ તમને નવચેતનમય તોજ જણાશે. ભલે રોજનું એક પાનું વાંચો. પણ વાંચી બરાબર સમજી કૃતિમાં ઉતારો. આના આ શબ્દો વારંવાર તમને કહેવામાં પુનરૂક્તિ દોષનો ભય રહે છે પણ કહ્યા વિના ચાલતું નથી. આચારવાન મનુષ્યને આખું જગત પૂંજે છે. હું ઇચ્છું છું કે તમે પણ તેવાજ થશો. અનુભવમાં તમારૂં થાણું જમાવશો. તમારૂં શ્રેય આચારમાં છે. તમારી મુક્તિ, તમારી પ્રાપ્તવ્ય દિશા આચારમાં મૂકી અનુભવ લઇ જોવાથીજ તમને મળશે.

મનકામના પૂર્ણ કરવાના વિષયમાં હું તમને બાવા આદમના જમાનાની અથવા બીજીજ કોઇ એવી તમારી બુદ્ધિમાં પણ ન ઉતરે તેવી વાત કહીશ એવી આશા રાખીને જો તમે આ પુસ્તકનું વાંચન શરૂ કર્યું હોય તો તમને મારી એટલીજ ભલામણ છે કે હવે પછી આ પુસ્તક વાંચવાનું બંધજ કરજો. સ્પષ્ટવકતા સુખી ભવેત એ જન કહેવત અનુસાર મારે સ્પષ્ટવાત કહેવીજ સારી. તમે ધારો છો તેવું તમને આ પુસ્તકમાંથી કંઇજ મળે નથી. દ્રષ્ટાંત તરીકે તમે નિર્ધનતાની બૂમ પાડયા કરશો તો આ પુસ્તક તમને નિર્ધન-

વાથી મુક્ત શી રીતે થવાય તેની દિશા અલબત દર્શાવશે પણ તે માર્ગે જવાનું કામ તમારૂં રહેશે. તમે એક ડગલું પણ ન ચાલો જ્યાંના ત્યાંજ ઉભા રહો અને આ પુસ્તકના વાંચનમાત્રથી તમારા ઘરમાં ધનની કોથળીઓ આકાશમાંથી આવી પડશે એવી આશામાં તો તમને નિરાશાજ થશે.

નદી ખળ ખળ વહેછે. તૃષાતુર મનુષ્ય તેને કાંઠે આવે છે અને સમીપ જઈ જળ પી તૃષાથી મુક્ત થાય છે. કાંઠે ઉભા રહી હું પાણી વિના તરસે મરૂં છું એમ બોલનારની પાસે કંઇ નદી ચાહી ચલાવીને જતી નથી. તે ગમે તેટલો વખત ઉભો રહે પણ પ્રવાહ તો ત્યાંનો ત્યાંજ વહે છે. તેજ પ્રમાણે આ પુસ્તકમાં દર્શાવાયલાં સાધનો સંબંધમાં પણ છે. જેને સુખ મેળવવું છે તે તેને સાધી સુખ પ્રાપ્ત કરે છે. આળસુ માણસ ત્યાંનો ત્યાં પડી રહે છે.

જગતમાં વસ્તુતઃ નવીન તો અન્ય કંઈજ નથી પણ એક આત્માજ છે. અને એના સ્ફુરવાથીજ સઘળી નવીનતા ઉદ્ભવેલી આપણને ભાસે છે. નહિ તો જગતમાં તેના તે શબ્દો તેના તે રૂપ. તેના તે સ્પર્શ. તેના તે ગંધ ઇત્યાદિ સઘળું તેનુ તે છે. હવે આમાં નવીન કોને કહેવું તેજ સમજાતું નથી અને તેથી આત્માજ એક નવીન છે. જેના પારને પામવાને હજી કોઈજ શક્તિમાન થયું નથી. આત્મા એ મૂર્તિમાન પરમાત્માનુંજ સ્વરૂપ છે. મનુષ્ય ભલે ચારે ખંડ અને સમુદ્રોની મર્યાદા કરી શકે, ઉત્તર ધ્રુવનું પણ મા

પ કાઢી શકે પણ કોઇ દિવસ તેનાથી પરમાત્માની સત્તાનું માપ નિકળી શકવાનું નથી. ત્યારે તેના અંશરૂપ આત્માનું માપ પણ શી રીતે નીકળે.

મનુષ્યે આ પ્રમાણે હોવાથી સુખને માટે કયાંહિ પણ દૂર જવાનું નથી. સુખનું સાધન આત્મા તેની નિકટને નિકટમાંજ છે. પર્વતોના શિખરો ઉપર કે દેશ પરદેશ ભટકી તિર્થસ્થાનોના ક્ષેત્રમાં ફરવાનો શ્રમ પણ મનુષ્યને પોતાને માટે કરવાનો નથી. જે કાંઇ છે તે તેની પાસેજ છે. કસ્તુરી પોતાનીજ નાભીમાં હોવા છતાં તેને શોધવા દૂરને દૂર ભમનાર મૃગની માફક મનુષ્યની દશા થયેલી છે. મૃગ વિચાર શકિત વગરનું પ્રાણી છે સુવાસ કયાંથી નિકળે છે તેની તેને ખબર નથી અને તેથી બહાર ભટકે છે. ત્યારે મનુષ્ય વિચારશકિત સંપન્નછે. સર્વ પ્રાણીઓમાં શ્રેષ્ઠ છે. આત્મામાંથી સુખ મળે છે એ જાણે છે તે છતાં સુખને અર્થે બહાર ભ્રમણ કરે છે કહો તમે આ બેમાં શ્રેષ્ઠતા કોને આપોછો ? મનુષ્યને કે મૃગને ? આજના પ્રવૃતિના સમયમાં ઉન્નતિના સાધનો સાધવાની મનુષ્યને નવરાશ મળતી નથી. પોતાના જીવનમાં આજે ઘણાં ખરા મનુષ્યો એ વ્યવહારિક પ્રવૃતિનેજ પ્રાધાન્યના વિધેયરૂપ માની છે. આત્મિક સુધારણાને બદલે ભૈાતિક સુધારાઓ આંજે આદેય ગણાયા છે. એક તત્વજ્ઞાનના પુસ્તકને બદલે જોસના વાતાવરણથી ભરેલું રાજ્યકિય પુસ્તક વાંચવાને આજે ઘણાં લલચાય છે. પરિણામમાં દુનિઆની પ્રગતિની ગાડી

તદ્દન ધીમી પડી ગઇ છે. રેતીના રણમાં પાયા વિનાના મહેલો માફક મનુષ્યની વ્યાવહારીક પ્રવૃત્તિ આજે મોટા સ્વરૂપમાં ચાલી રહી છે પણ તેનો અંત કયારે અને કેવા સ્વરૂપે આવશે તે સમજી શકાતું નથી.

યુરોપના ભૌતિક સુધારાઓની પાછળ સ્વાર્થની પ્રજ્વલિત જ્વાળા બળતી હતી. આજથી દશ વર્ષ પૂર્વે જો કોઇએ આ વાત કહી હોત તો તેને ગાંડામાંજ ગણત. પરંતુ હવે સામાન્યમાં સામાન્ય અકકલવાળા મનુષ્યની પણ ખાત્રી થઇ ગઇ છે. હિંદુસ્તાનની પ્રજા પૂર્વે સુખી હતી તે શાને લીધે ? કેવળ આત્મિક સુધારાને લીધેજ. પૂર્વકાળનો ઇતિહાસ જોશો તો તમને જણાશે કે તે વખતની પ્રજા આજની પ્રજાની માફક નિંમાલ્ય માઇકાંકલી ઘરમાં રાત્રે બિલાડીનો અવાજ થતાં પણ મોંએ માથે ઓઢી લપાઇને સુઇ જનારી કાયર પ્રજા ન હતી, પણ આત્મબળથી પૂર્ણ નિર્ભય નિશંક અને મજબુત હતી. અને તેથીજ અમે કહીએ છીએ કે ગુલામીના રોદડાં રડવા છોડી દઇ ભારતનો એકે એક વીર જ્યારે આત્મબળથીજ પૂર્ણ થશે. પોતે પોતાનાજ પગ ઉભો રહેનાર સ્વાવલંબિ થશે ત્યારે તેજ દિવસે અને તેજ ક્ષણે મુકતતા અનુભવશે.

તમારા જીવનને રાજ્યકિય વાતાવરણથીજ ભરી કેવળ કલુષિત કરી નાંખશો નહિ. મોટા મોટા કારખાનાના ઉદ્યોગોને આગથી બળેલાં હોવાં છતાં એન્જીન કઇ શકિત વડે માણસોના માઇલ સુધી લઇ જાય છે, ? તમે કહેશો કે

ફક્ત વરાળ શકિતથીજ આવા મહાન કામ તે કરે છે. જ્યારે એન્જીન જેવી જડવસ્તુમાં મનુષ્ય શકિતને ઉત્પન્ન કરી શકે છે ત્યારે ચેતનમય પોતાનાજ દેહમાં તે કેમ ન કરી શકે ? આશ્ચર્યની વસ્તુજ માત્ર આ છે. આત્માની શકિત એવી અપાર છે કે તે જેમાં પ્રેરવામાં આવે છે તેમાં ધાર્યા કરતાં પણ અધિક સુફળ પ્રકટાવી શકે છે. આ આત્માની શકિત મેળવવી એ એક પ્રકારની સ્ટીમ અથવા વરાળજ છે.

આજે તો લોર્ડ મોન્ટેગ્યુએ પ્રધાનપદનું રાજીનામું આપ્યું અને આજે લોર્ડ ડરબીએ પ્રધાનપદ લેવા ના પડી આવાને આવા અસંખ્ય સમાચારો સાંભળવાથી અને વાંચવાથી તમારી ઉન્નતિ કેટલી થઇ તેનું માપ તમે કાઢી શકશો. ધારોકે તમારીજ ઉપર ન કરે નારાયણ અને કાંઈ દુઃખનો પ્રસંગ આવે તો એ પ્રસંગને ટાળવા તમે આવા સમાચારોથી કંઇ ધીરજ રાખી શકશો. હું તમને ખાત્રીથી કહું છું કે તમારૂં એ જાણેલું અને સાંભળેલું તમને એ વખતમાં કંઇ પણ કામ આવે એમ નથી. માટેજ ફરી સ્મરણમાં રાખો કે આત્માની શકિત પ્રાપ્ત કરવી અને આત્માને જાણવો. એ તમારૂં મુખ્ય અને પહેલું કર્તવ્ય છે. ભલે અધ્યાત્મવિદ્યાને આત્માને જાણવાની વિદ્યાને હાલના ફીલસુફો નવરાની વિદ્યા કહે. તેમનું કહેવું સાચું માનશો નહિ. અને જેમ બને તેમ અધિક પ્રીતિથી આ વિદ્યાને સાધવા આગ્રહયુક્ત મનવાળા થઈ કટિ કસીને ઉદ્યત થશો.

મનુષ્ય જે કાંઇ મેળવવા માંગે છે તે તેને તેના આત્મામાંથી મળે છે. અશકય. દુર્લભ પ્રાપ્ત ન થઇ શકે તેવું આત્માને કંઇજ નથી. મનુષ્ય જ્યારે આત્માનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરે છે. તેનાથી એકતા સાધી સંલગ્ન થઇ તેનું ધ્યાન કરે છે ત્યારે તેનું ભૌતિકતનું નવચેતનમય બને છે. પ્રાપ્ત કરવા યોગ્ય વસ્તુ જગતમાં આ એકજ છે. આ આત્મબળ વડે ભારત પ્રજા આજે સર્વથી ઉત્કૃષ્ટ છે. પૂર્વનો સૂર્ય પશ્ચિમમાં જાય અને પાછો પૂર્વમાંજ આવે છે. આ ઘટમાળને અનુસરી ભારતની આધ્યાત્મિક સુધારણાનો પવન પશ્ચિમને લાગ્યો. જડવાદને પ્રધાનપદ આપનારી ત્યાંની પ્રજાએ તેનો વ્યવહારમાર્ગમાંજ ઉપયોગ કર્યો. ત્યાંથી જાપાનમાં થઇ પૂર્વમાં પાછો સૂર્ય પ્રકાશ ઝહળાહળવાના સર્વ ચિન્હો આજે સર્વને દ્રષ્ટિગોચર થાય છે.

આત્માનું ધ્યાન મનુષ્યને મુક્તિના દરવાજે લઇ જાય છે. જેણે આત્મસ્વરૂપનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કર્યું છે તેનો આ દુસ્તર ભવાટવિનો ફેરો સહજમાં ટળે છે. આત્માથી સંલગ્ન થનાર. આત્માનું ચિંતન કરનાર મનુષ્ય સ્વતઃ દેવ સમાન બને છે. સઘળાં કર્તવ્યોને આજથી અમુક વખતને માટે છોડી દો. તમને ગમે તે વખત પસંદ કરશો તેની હરકત નથી. પણ નિમેલા વખતે હરહંમેશ તમારા ક્રમને આચારમાં મૂકવા તૈયાર રહેશો. એ વખતમાં પુરેપુરી શાંતિ જાળવશો. અને જેમ બને તેમ એકાગ્રતાથી તેમાં જોડાશો. તમને જોઇતી શાંતિ એનાથી પ્રાપ્ત થશે.

ધ્યાન કરતાં હમેશાં ધ્યાન ચઢે છે પણ તમારે તો એક પછી એક પગથીયાં આગળ વધવાનું છે. કર્તવ્યમાં ઉતાવળ કરવા જતાં હંમેશાં ઠોકર ખાવાનો પ્રસંગ આવે છે. માટે જે કરવું તે પૂર્ણ વિચારીને કરવું. પ્રથમ આત્મ સ્વરૂપનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરો. હાથીને પોતાના નેત્ર પ્રાપ્ત હોય તે વખતમાં જેણે નજરે જોયો નથી તે મનુષ્ય અંધ થયા પછી હાથી આવો હશે એમ શી રીતે જાણી શકશે. તેજ પ્રમાણે આત્મા કેવા હશે એના ગુણ ધર્મો શા હશે એ જાણ્યા વિના તેનું ધ્યાન તમે કેવી રીતે કરી શકશો.

આત્મા કેવો છે? તે વાણીથી વર્ણવી શકાય તેમ નથી સાકર મીઠી છે તે ખાવાથીજ આપણે તેની મીઠાશનો સ્વાદ જાણી શકીએ. ત્યારે આસામાન્ય લેખિની કેવી રીતે આત્માનું પ્રતિપાદન તે આવો છે તેવો છે એમ કરી શકે! છતાં જ્યાં સુધી આપણે સાકર ખાધી નથી ત્યાં સુધી કોઇ મનુષ્ય આપણને સાકર મીઠી છે એમ કહે તો તે સ્વીકારવુંજ જોઇએ તેજ નિયમ અનુસાર જેણે આત્મદર્શન કર્યાં છે તેવા આત્મવિદ્ પુરૂષો આત્માના જે ગુણ ધર્મો કહે તે આપણે પ્રમાણિકતાની ખાતર સત્ય તરીકે સ્વીકારવાંજ જોઇએ. અને જેમ સત્યને પોતાનું સત્યપણું સાબિત કરવાને અન્ય પ્રમાણોની જરૂર પડતી નથી તેમ આત્માના ગુણ ધર્મો સાબિત કરવાને પ્રમાણોની જરૂર પડવી ન જોઇએ.

મનુષ્ય જ્યાં સુધી પોતાના તર્ક વિતર્કના સામર્થ્યને વેગળું મૂકતો નથી અને જેમાં તેમાં શંકાઓ કર્યાજ કરે.

છે ત્યાં સુધી આત્મદર્શનનો, તેમ આત્માના ગુણ ધર્મો જાણુ-વાનો અધિકારી થતો નથી. સરકારની નોકરી પ્રાપ્ત કરવાને માટે જેમ વર્નાક્યુલર અથવા એવીજ બીજી પરીક્ષાના સરટીફીકેટસની જરૂર પડે છે તેમ આત્માના ગુણ ધર્મો જાણવાને માટે પ્રથમ અંતઃકરણમાં શ્રદ્ધાની જરૂર પડે છે. એક હોવા છતાં ભિન્ન ભિન્ન અંતઃકરણો દ્વારા આ વિશ્વ-પ્રપંચની ઘટનાને ચલાવી રહ્યો છે. આ આત્મા સદા સર્વદા પૂર્ણ છે. પૂર્ણિમાના ચંદ્ર જેવો કશી પણ અપૂર્ણતા કે ખામી વગરનો તે છે. તે શુભ્ર અને તેજસ્વી છે. બલપ્રદ છે. આનંદથી સભર ભરેલો છે. નથી તેમાં શત્રુ કે મિત્રરૂપ રાગદ્વેષની છાયા કે આ પારકો કે પરાયો એવી સ્વાર્થપૂર્ણ માયા. અવિકૃત, નિષ્કલંક, તથા પોતાના સ્વયંપ્રકાશથી પ્રકાશિ એવો તે છે.

જુદા જુદા મનુષ્યોના અંતઃકરણમાં રહેલો અંતર્યામી આત્મા એકજ છે. સૂર્ય એક હોવા છતાં જુદા જુદા પાત્રોથી જુદા સ્વરૂપે તે તે પાત્રમાં જણાય છે તેજ પ્રમાણે આત્મા જુદો જણાતાં છતાં એકજ છે.

આત્માના ગુણધર્મો આ પ્રમાણે જાણ્યા પછી આપણું કર્તવ્ય શું રહે છે? તો તે એકજ કે તેનું ધ્યાન કરવાનું.

આત્મા સદા સર્વદા પૂર્ણ છે.

ત્યારે આપણે પણ કોઇ રીતે અપૂર્ણ નજ હોવા જોઇએ. આપણી અપૂર્ણતા આપણા દોષો એ પૂર્ણ સ્વરૂપ

આત્માના ધ્યાનથી વિલાવાંજ જોઇએ. જેમ સૂર્યનું દર્શન અંધકારના પડળને કાપે છે તેમ આત્માના દર્શનથી આપણી અપૂર્ણતાના પડળો કપાવા જોઇએ.

જ્યારે આપણે આટલું કરી શકીએ ત્યારેજ આત્મા પૂર્ણ છે એનું ધ્યાન બરાબર સિદ્ધ કર્યું કહેવાય.

પૂર્ણિમાનો ચંદ્ર શિતલ શુભ્ર તેજસ્વી છે તેવો આપણો આત્મા પણ છે.

આ ધ્યાનની સિદ્ધિ આપણે આપણામાં ક્રોધરૂપી અગ્નિને કાઢી શિતલતા અનુભવી. સંયમના બળે કરી શુભ્ર અને તેજસ્વી થઇએ ત્યારેજ કરી કહી શકાય.

પ્રકાશ અથવા તેજસ્વિતા અંધકારનું ભક્ષણ કરે છે. તેમાં કશા પણ ડાઘ વગરની કેવળ નિષ્કલંક શુભ્રતા હોય છે. આપણા ભય, દુઃખ, શોક સંતાપરૂપ અંધકાર તિમીરના પટને ભેદી શકવા આપણે સમર્થ થયા હોઇએ તોજ આત્માની તેજસ્વિતા આપણે ધારણ કરી છે એમ કહેવાય. આ સિવાય આપણા વર્તનમાં એવી એક પણ ખામી આવવી ન જોઇએ કે જે ડાઘરૂપ હોય.

આત્મા બલપ્રદ છે. અને તેનું ધ્યાન કર્યા પછી બલને માટે આપણે ફાંફા મારવાનાં ન હોય. જ્યાં સુધી આ ફાંફાં ટળ્યા નથી શરીરને સુધારવાને વિવિધ માત્રાઓ અને ઔષધોના ઢીંચારા પીવા ચાલુ રહે છે ત્યાંસુધી બલપ્રદ આત્માનું ચિંતન આપણે કર્યુંજ નથી. ફક્ત લોકને બતાવવા ખાતર ખોટી કમબાજી ચલાવી છે

આત્માના ગુણ અને ધર્મો જાણો તો તેને ધ્યાનથી બરાબર આચારમાં મૂકો. તેનાથી તમારા જીવનની પરિવર્તનતા અનુભવો. એકજ દિવસમાં તેમાં પારંગત થઈ જવાની મિથ્યા દુરાશા રાખશો નહિ. છતાં તમારા ઉત્સાહી મનને હું નિરાશ કરતો નથી. આગ્રહયુક્ત પ્રયત્ન કરશો તો થોડાજ દિવસ અથવા માસમાં તેમાં પ્રવીણ થઇ જશો.

વ્યવહારના કાર્યો કરતાં છતાં તમારા મનને આત્મચિંતનમાં નિમગ્ન રાખો આ સરળમાં સરળ યુક્તિ તમને હાથ બેસી જશે તો મુક્તિ તમારા હાથમાંજ છે. માયામય પ્રદેશમાં રહેવા છતાં મનને તેનાથી જુદું રાખવું એજ આપણું કર્તવ્ય છે. તળાવની મધ્યમાં કમળ થાય છે. પાણીમાંને પાણીમાંજ રહે છે છતાં પાણીના સ્પર્શને તે અનુભવતું નથી તે પ્રમાણે આત્મચિંતનની કળા જેમણે સિદ્ધ કરી છે તેવા પુરૂષોને કર્તવ્યની સમાપ્તિ થયા જેવુંજ થઇ જાય છે. તે પોતે પોતાનાથીજ પૂર્ણ હોય છે. પૂર્ણતાને મેળવવા તેને આમથી તેમ ભટકાં મારવા પડતાં નથી.

અમે પૂર્ણતાને પ્રાપ્ત કરવા મથીએ છીએ પણ પૂર્ણતા પ્રાપ્ત શી રીતે કરવી ? પૂર્ણતાને પ્રાપ્ત કરવા પુર્ણ વસ્તુનોજ આશ્રય સદા શોધવો જોઇએ અને આત્મા કેવળ પૂર્ણરૂપ હોવાથી સતત્ત તેનુંજ ધ્યાન મનુષ્યને હિતાવહી છે.

આવું આત્માનું સતત ધ્યાન રાજા જનકે રાખ્યું હતુ અને તેના પરિણામે તે રાજ્યને ભોગવવા છતાં વિદેહી મનાયા હતા, પૂર્ણ દ્રષ્ટાંત આપી અત્રે તે સમજાવીએ.

સર્વ પુરાણોના કર્તા ભગવાન વેદ વ્યાસના પુત્ર શુકદેવજીએ એક વખત પોતાના પિતાને પ્રશ્ન કર્યો હતો કે સંસારમાં રહેવા છતાં તેનાથી મુક્ત સાચો બ્રહ્મજ્ઞાની મનુષ્ય કોણ છે ?

આનો ઉત્તર આપવા વેદવ્યાસ જોકે સમર્થ હતા છતાં પુત્રને કહ્યું કે ભાઈ મિથીલા નગરીમાં જનકરાજા રાજ્યને ભોગવતા હોવા છતાં ખરેખરા તેનાથી અલિપ્ત તેમ સાચા બ્રહ્મને જાણવાવાળા છે. માટે તમે ત્યાં જાઓ.

આ સ્થળે આ વાતને આગળ ચલાવતા પૂર્વે આપણે એટલું વિચારવાની જરૂર છે કે વેદવ્યાસ પોતેજ આ પ્રશ્નનો જવાબ આપી શકે તેમ હોવા છતાં પુત્રને આટલે બધે દૂર જવાની ફરજ શા માટે પાડી હશે તો તેના ઉત્તરમાં જણાવવાનું કે મનુષ્યનો સ્વાભાવિક એવો નિયમ હોય છે કે તેને પોતાની નિકટ વસતી વસ્તુની કંઈજ કિંમત હોતી નથી. ગંગાનદી પુણ્યપાવની અને પાપને નાશ કરનારી છે એવું તાપીના કિનારા ઉપર વસતા માણસો માને છે અને ત્યાં સ્નાન કરવા જાય છે અને ગંગાનદીના કીનારા ઉપર વસતા માણસો તાપી સ્મરણ માત્રથી પાપને ટાળનારી છે એવું માની અંહીસુધી સ્નાન કરવા આવે છે. તીર્થ સ્થળોનું માહાત્મ્ય તીર્થસ્થળમાં વસતા માણસો કરતાં ત્યાંથી દૂર રહેતા માણસો વધારે સમજે છે. ગોકુળમાં કૃષ્ણભગવાન હતા તેને બહારના માણસો ભગવાન માનતા તેને ગોવાળીઆઓ તો એક સામાન્ય ગોવાળજ માનતા હતા અને આ

પ્રમાણે દરેકે દરેક વસ્તુને માટે છે. વેદવ્યાસે આટલાજ કારણથી પોતાના પુત્રને દૂર મોકલ્યા જો તે પોતે તેનું સમાધાન કરત તો શુકદેવજીની શ્રદ્ધા તે ઉપર ચોંટત નહિ.

મનુષ્યનો સ્વભાવ કેવો છે તે આ ઉપરથી આપણને સારી રીતે સમજાય છે. આંગણે રહેલા સુરતરુને છોડી તે ઇંદ્રિવારણા લેવા દૂર જાય છે. દરેક બાબતમાં આજ પ્રમાણે થતું જોવામાં આવે છે. અસ્તુ.

પિતાની આજ્ઞા અનુસાર શુકદેવ જનકરાજાને ત્યાં ગયા. દ્વાર ઉપર ઉભા રહી દ્વારપાળ સાથે કહેવડાવ્યું કે વેદવ્યાસના પુત્ર શુકદેવ આપને મળવા આવ્યા છે. જનકરાજા પોતે આંતર સામર્થ્યના બળ વડે જાણતાજ હતા. તેમણે ઉત્તર આપ્યો કે ભલે આવ્યા. હું બોલાવું ત્યારે અંદર લાવજો. હાલ દ્વાર પાસે છો ઉભા રહ્યા.

એક પછી એક સાત દિવસ વિત્યા. શુકદેવ ત્યાંના ત્યાં ઉભાજ રહ્યા હતા. હમણાં બોલાવશે એવી આશામાં તે વાટ જોતા હતા. એક તરફ જનક રાજા આ પ્રમાણે શુકદેવની પરીક્ષા જોતા હતા અને બીજી બાજુ શુકદેવ પણ પોતાના મનને ઉત્તેજીત રાખતા હતા. પોતાના મનમાં સહજ પણ નિર્વેદ પ્રકટે કે તરત ઉત્સાહજળવડે તેને ધોઇ નાંખતા અને આ પોતાની કસોટીનો સમય જાણી પુરતી સાવધાનતા પૂર્વક તેઓ ઇષ્ટ સ્મરણ કરતા હતા.

મનુષ્યને આજકાલ સ્મસાન વૈરાગ્ય ઘણો થાય છે. અને તે અલ્પ ક્ષણિક હોય છે, આજે કંઇ કેટલા મનુષ્યો પોતાના

જીવનમાં ઉત્તમફલ ધારણ કરે છે. અમુક પ્રકારના સંનિ-યોગમાં રહે છે પણ વખત જતાં તેમનાં એ રૂનો અને સંનિયોગો ક્યાંને ક્યાં જતા રહે છે. તેમના જીવનમાં અવિદ્યાનું ઘણું એવું સામ્રાજ્ય સ્થપાય છે કે તેઓ તેને આધિન થઇ જાય છે. જે મનુષ્યના અંતઃકરણમાં સાચી ઇચ્છા પ્રભુને જાણવા. આત્મતત્વને જાણવાની પ્રકટી છે તે ક્ષણભર ટકી વિલય જનારી હોતી નથી. તે તો અનુકૂળ કે પ્રતિકૂળ સર્વ સમયમાં પોતાની ઇચ્છાના વિષયનેજ જુએ છે તેનામાં જેમ જેમ તેની સંલગ્નતા થતી જાય છે. તેમ તેમ તે પોતાના લક્ષ્યને પહોંચવાના માર્ગે ધપતી જાય છે.

પ્રિય સુખ સાધકો, તમારૂં કર્તવ્ય જગતમાં એકજ છે અને તે એકે તમારા જીવનમાં ધારણ કરેલી સુખની ઇચ્છા-ઓને દબવા દેશો નહિ અથવા તો તે થોડા વખત માટેની રાખશો નહિ. તમારી નિર્દોષ ઇચ્છા પુર્ણ કરવાનું તમારામાં સામર્થ્ય છે પણ તે ક્યારે કે જ્યારે તમે તેને અખંડ વળગેલા રહેશો ત્યારે.

ઉપરથી સરળ લાગવા છતાં ખરેખરી કઠીનતા આમાંજ છે. પણ પ્રયત્નવાન મનુષ્યને એ કઠીનતા દુઃખ ઉપજાવનાર થતી નથી. પ્રયત્નમાં આળસુ અને પ્રમાદી મનુષ્યનેજ તે મોટા પહાડ સમાન લાગે છે. આવો મનુષ્ય સુખનો અધિકારી શી રીતે થઈ શકે એ તમેજ વિચારશો પ્રયત્નમાં આળસ રાખવી નકામી છે. તેમ કસોટીના પ્રસંગમાં અંતઃકરણના

ધૈર્યબલને ગુમાવવું એ પણ નકામુંજ છે. સુવર્ણ અને પીતળ ઉપરથી એકરૂપ પીળા લાગતા છતાં તેની કસોટી તાપ આપવાથીજ થાય છે. તમે સુવર્ણ છો કે પીતળ તે દુનિયા શી રીતે જાણી શકે અને તેટલા ખાતરજ તમને પરમાત્મા દુઃખરૂપ કસોટીનો તાપ આપીને તમારી પરીક્ષા જુએ છે.

જીવનમાં કદી પણ નાશીપાસ થશો નહિ. તમારી પીઠ પાછળ પ્રભુના હજાર હાથ રહેલા છે. આળસુ ન થતાં સ્મશાન વૈરાગી ન થતાં પ્રયત્ન કર્યા જાઓ. ક્ષણભર પ્રયત્ન કરી પાછા હઠશો નહિ. પાછા હઠવું એ તો બાયલાઓનું કામ છે. અસલના વખતની કહેવત છે કે શૂરી રજપુતાણીઓ પોતાના પતિને કહેતી કે શત્રુની સામે બરાબર બળ વાપરી લડજો પણ કદીયે પાછી પૂંઠ કરી મારા નામને કલંકિત કરશો નહિ. અને મને મુખ પણ બતાવશો નહિ. કેમકે હું વીર પત્ની છું. હીચકારા બાયલા પતિની પત્ની કહેવડાવવાં કરતાં જીવત દેહે આગમાં બળી જવું હું વધારે પસંદ કરૂં છું. જ્યારે મનુષ્યકોટીમાં રહેલી રજપુતાણીઓ પોતાના પતિને આમ કહે ત્યારે સૃષ્ટિના પાલક પ્રભુ પોતાના બાળકને કેમ ન કહે. પ્રભુ પણ મુક્ત કંઠે જણાવે છે કે આવો, મ્હારાં વહાલાં બાળકો આવો. તમારા પોતાના પગ ઉપર ઉભા રહી ધીમે ધીમે ચાલીને પણ આવો. ચાલતાં પડો તો ગભરાશો નહિ. ધૈર્ય ધરી પુનઃ ઉઠો અને ગતિ કરો. તમારી વાટ જોતો હું ક્યારનો ઉભો છું. પણ બાઇ એ સાથે મારી એક બીજી

સૂચના પણ સાંભળજો. તમારા પોતાના પ્રયત્ન વગર તમારો ઉદ્ધાર કોઇનાથી થાય એમ નથી. પ્રયત્નમાં આળસુ થઇ બેસી રહેશો તો હું પણ તમને કંઇ મદદ કરીશ નહિ. ભલે દુઃખમાંને દુઃખમાં અનંત જન્મ સુધી સડયા કરો. તમારા કર્મજ તમને દુઃખ આપનાર છે તેમાં કોઇ શું કરશે.

સાંભળો આ પ્રભુની મંજુલ વાણી ધ્યાન આપો તેના શબ્દો પર. તમારા હૃદયમંદિરમાં લખી રાખો કે તમારી પોતાની યોગ્યતા વિના તમને કશુંજ મળી શકે તેમ નથી. ભલે આજે તમને કોઇ મનુષ્ય આવીને એક લાખ રૂપિયા આપી જાય અગર એમ કહે કે ફલાણું ગામ તમને બક્ષિસ કર્યું છે તે છતાંય તમારી યોગ્યતા ન હશે તો એ ગામનો વહીવટ તમારાથી એક ક્ષણભર થઇ શકવાનો નહિ. અને આપેલા લાખ રૂપિયા પણ તમે ન જાણો તેમ કયાં ને કયાં ચાલ્યા જવાના જશે તમારા હાથમાંને હાથમાંથી કોઇ ચોર આવીને લઇ જશે એમ હું કહેતો નથી પણ એવા એવા સંજોગો ઉભા થશે કે તેમાં તમારે તે ખર્ચવાજ પડે. હોંશીયારી અને યોગ્યતા કોઇની આપી આવતી નથી તે સ્વતઃજ આવે છે.

તમારા માર્ગમાં વિપત્તિના ખડકના ખડક આવી પડયા હોય તોપણ મુંઝાસો નહિ. તમે જાણોછો કે મ્હોટા મ્હોટા પહાડોને તોડવા નાની સરખી સુરંગ આબાદ કામ કરે છે. તમારો પ્રયત્ન એ તમારી સુરંગ છે એના બળ વડે તમે સર્વ સમય નિર્ભય અને સુરક્ષિત રહી શકશો અસ્તુ.

આપણે ઘણા આડા વિવેચનમાં ઉતર્યા છીએ. પાછા મૂળ વિષયપર આવીએ. સાત દિવસ થયા ત્યારે જનક રાજાએ દ્વારપાળને કહ્યું કે શુકદેવજીને અંદર બોલાવો. દુત દ્વારે જઇ શુકદેવને અંદર તેડી આવ્યો. શુકદેવજી અંદર આવી જે દૃષ્ય જોયું તેથી આભાજ બની ગયા. રાજા જનક આ વખતે એક પર્યંક ઉપર સુતા હતા. સ્ત્રીમંડળ પાસે બેઠું હતું. ભોગ વિલાસની સામગ્રીઓ પણ ત્યાં પડેલી હતી. અને ઉપરથી જોતાં આ કોઈ વિલાસી મનુષ્યનુંજ ઘર છે એમ જોનારને ભાન થતું હતું. શુકદેવના મનમાં પણ નિર્વેદ પ્રકટયો. સાચો બ્રહ્મજ્ઞાની આવો કેમ હોઈ શકે એવી શંકા ઘડીભરને માટે થઇ. મારા પિતાએ હાસ્ય કરવા ખાતરજ મને અંહિ મોકલ્યો લાગે છે. શુકદેવ આ શંકામાં ઉંડા ઉતરે તે પૂર્વે તો રાજા જનકે પ્રશ્ન પૂછ્યો કે મુની શુકદેવ ? તમારા પિતા કુશલ તો છે ને ? તમારૂં શરીર સારૂં છે ને ? મનમાં શું કાંઇ ચિંતા છે કે ઉદ્વેગ છે ?

જનકરાજાનો આ પ્રશ્ન સાંભળી શુકદેવજી પ્રણામ કરી બોલ્યા કે મારા પિતા કુશલ છે અને આપની કુશળતા પૂછી છે. મારૂં આરોગ્ય સારૂં છે. અત્ર આવવાના પ્રયોજનમાં એક દિવસ મારા પિતાને મેં પૂછ્યું કે સાચો બ્રહ્મજ્ઞાની કોણ હશે તેના જવાબમાં મને આપનું નામ દીધું અને એટલા માટે હું આપની પાસે આવ્યો છું દ્વાર ઉપર સાત દિવસ ઉભો રહ્યો હતો. અને આજ આપના

મળવાથી આપની પાસે આવી શક્યો છું. ભગવાન આપ અત્યારે મારા મુખ ઉપર જે ચિંતા અને ઉદ્વેગના ભાવો જુવો છો તે હું આપનાથી ગુપ્ત રાખવા માંગતો નથી. અંહિનું દૃષ્ય જોતાં મને ગ્લાનિ પેદા થઇ છે. આટલા બધા ભોગ વિલાસમાં રહેવા છતાં બ્રહ્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કેમ થઇ શકે ? મન અખંડ સ્વસ્વરૂપના ધ્યેયમાં લાગેલું કેમ રહી શકે ? એ વિચારની શંકાએ મારા મનમાં વાસ કર્યો છે. પરિણામમાં આ મુખ ઉપર ચિંતાની છાયા પ્રકટી છે.

જનક રાજાએ સહજ સ્મિત કરીને કહ્યું. આપની શંકાનું સમાધાન યથેચ્છ રીતે કરીશ. પણ તે પૂર્વે આપ પ્રસાદ લઇ લો. દરવાજે સાત દિવસથી ઉભા હતા ભુખ પણ લાગી હશે. આ ઉપાધિઓમાં મને કંઇ સ્મરણ ન રહ્યું. આમ કહી તરતજ સંજ્ઞા કરતાં નોકર આવી હાજર થયો. અને શુકદેવને સ્નાદિ માટે લઇ ગયો.

નિત્યકર્મથી પરવારી શુકદેવ જમવા બેઠા. સુવર્ણ થાળમાં ભાતભાતના પકવાન પિરસ્યાં હતાં મુનીએ તે આરોગવાં શરૂ કર્યાં. એક ગ્રાસ લીધો અને દ્રષ્ટિ ઉંચે ગઇ. જોયું તો ઉપરના ભારોટીયાની સાથે એક પાંચ મણનો પથ્થર લટકાવેલો હતો. સુતરના કાચા તાંતણે તે લટકાવેલો અને પવન આવતાં સુતરનો દોરો હમણાં તુટી પડશે એમ હાલતો હતો. માથા ઉપર વજનદાર પથ્થર પડું પડું થઇ લટક્યા કરે તે જોઇ શુકદેવના મનમાં ભય થયો. રખેને

હમણાં પડેને ચગદાઇ જઇશું એવી બીક લાગી પણ સાત દિવસના ભુખ્યા એટલે જમ્યા વગર છુટકો ન હતો. જેમ આવ્યું તેમ ખાઇને તરત ઉઠી ગયા પછી મુખવાસ લઈ જનક રાજાની પાસે ગયા.

રાજા જનકે પૂછ્યું કે મુનિરાજ આજે શું શું જમ્યા તે કહેશો. મુનિરાજ બોલ્યા. જમ્યોછું સારૂં જમ્યોછું ભોજન સ્વાદિષ્ટ હતું પણ શું જમ્યોછું તેની મને ખબર નથી. માથા ઉપર પાંચ મણની શીલા લટકતી હતી એટલે ભયને લીધે શી વસ્તુઓ જમવામાં આવી તે હું જાણતો નથી. મહારાજ ભોજનશાળામાં આવી શીલા લટકાવી રાખવાનું કારણ શું હશે?

સંકેતવશાત એ શીલા આજે મેં જ મૂકી હતી, રાજા જનક બોલ્યા. આપ અત્રે આવ્યા અને અંહિનો પ્રકાર જોતાં જે શંકા ઉદ્ભવી તેનું સમાધાન આ ગુપ્ત સંકેતથી સંપૂર્ણ થઈજ ગયું છે. વિચારી જુઓ આપ આવ્યા જમ્યા પણ શું જમ્યા તેની ખબર નથી તેમ જે પુરૂષનું લક્ષ બ્રહ્મને જાણવામાં ચોટેલું છે તેને વ્યવહારમાં રહેવા છતાં વ્યવહારના બંધનો દુ:ખ આપતા નથી. ભોજન જમતાં છતાં તમારો વિચાર તમારૂં લક્ષ શીલામાં હતું તેમ બ્રહ્મજ્ઞાની મનુષ્યોનું લક્ષ વ્યવહાર કાર્ય કરવા છતાં વ્યવહારના ભોગ ભોગવવા છતાં બ્રહ્મમાંજ લાગેલું રહે છે,

શુકદેવજી બોલ્યા જ્યારે આમ છે ત્યારે ભોગ જે વિનાશનેજ આખરે સધાવે છે તેને ભોગવવાનું શું પ્રયોજન? અગ્નીનું દાહકપણું જેમ તેનો સ્વભાવજ છે અને જાણતાં કે અજાણતાં તેને જે સ્પર્શ કરે છે તેને તે બાળે છે તેજ પ્રમાણે ભોગ વિનાશ રૂપ જાણીને કે ન જાણીને જે ભોગવે છે તેનો વિનાશ થાય છે જ.

જનકરાજાએ કહ્યું સત્ય છે પણ જ્યારે યથાર્થ બ્રહ્મદ્રષ્ટિ ઉઘડે છે અને આત્માથી એકતા સધાય છે ત્યારે ભેદોનો નાશ થાય છે. અને જેની ભેદ બુદ્ધિ નાશ પામી છે તેને નારીનું સ્તન અને અગ્નિ બંને સમાનજ છે. સ્તન ઉપર હાથ મૂકવાથી નથી તેને સુખ થતું. અગ્નિ ઉપર હાથ મુકવાથી નથી તેને દુઃખ થતું. આમ કહી તરતજ એક દાસી પાસે ભરેલા અંગારની એક ધગધગતી સગડી ત્યાં મંગાવી. સર્વ સ્તબ્ધ થઈ ગયાં અને શું થાય છે તે જોવા લાગ્યાં.

રાજા જનક ગંભીર ભાવથી બોલ્યા કે.

સોરઠા.

આછે અગ્નિદેવ, વેદો જેને ગાય છે,
બ્રાહ્મણ કરીને સેવ, ધ્યાને જેનો ધ્યાય છે.
વાચામાં રહે જેહ, થઇને પ્રેરક વાણીના,
અગ્નિદેવ આ તેહ, સ્વભાવથી જે ઉષ્ણછે.

અગ્નિ ! છો આદિત્ય,—સરખા એક પ્રભાવથી,
જગતજને જે સત્ય, તે આ શુક મુનિને ઉરે,
સઘળાં તો સ્તંભિત થઈ ગયાં, શુકમુનિ તો જડવત થઈ રહ્યા,
ઉરમાં ઉપજાવી સ્થિર પ્રજ્ઞા, મુખથી કરતા જનક પ્રતિજ્ઞા,
તેની સાથે અગ્નિ માંહે, કર મૂક્યો ઝટ જનક રાયે;
તત્વે સમ્યે તદ્રૂપ થતો. (જો) સર્વ કરણ સંઘાત,
અદાઝ, અગ્નિમાં રહો, તોજ જનકનો હાથ. "
અસંગી, ઉર, સંગી બાહર, (એ) સંભવિત હોય વાત,
અદાઝ, અગ્નિમાં રહો, તોજ જનકનો હાથ.

અગ્નિ વધારેને વધારે પ્રજ્વલિત થતો ચાલ્યો. પણ જનકરાજાના હાથને સહજ પણ ઇજા ન થઈ. વળી પાછા રાજા જનક બોલવા લાગ્યા.

(જો) અલિપ્ત ચિત્ત જનક તણું, દૃશ્ય વિષયની સાથ,
અદાઝ અગ્નિમાં રહો, તોજ જનકનો હાથ.

જનક રાજાનો એ હાથ અગ્નિની જ્વાળાથી વિંટળાઈ વળ્યો હતો. પણ જેમ પાણીના મધ્યમાં રહેવા છતાં કમળને જળ સ્પર્શી શકતું નથી તેમ એ હાથને અગ્નિ સ્પર્શતો નહોતો.

એક તત્વ સઘળે જુએ, (જો) તત્વદર્શીની જાત,
અદાઝ, અગ્નિમાં રહો, તોજ જનકનો હાથ.
સમાન છે જો જનક ઉર, દુઃખ અને સુખ વાત,
અદાઝ અગ્નિમાં રહો, તોજ જનકનો હાથ.

ખસેડી આમ પરથી હાથ, જનક વદ્યા બહુ પ્રેમની સાથ.

(શિખરિણી.)

નહિ તો આ હાથે, કઠિન કુચથી મોહ પ્રકટે,
નહિ તો આ હાથે, લગીર ભય વહ્નિ થકી ઉંડે,
નથી ભેદાપત્તિ સકલ દ્વંદ્વો કલ્પિતજ જ્યાં,
સદાયે એકત્વે, વિહરણ કરે છે જનક આ.

શુકદેવજી આ સઘળું દ્રશ્ય જોઇ રહ્યા હતા. પરંતુ તેમનું મન હજી કબુલ કરતું ન હતું.

મુનિ શુકદેવને આ પ્રમાણે થયું એમ નથી. પણ વ્યવહારમાં આપણે જાણીએ છીએ કે આ સત્ય છે છતાં તેને સ્વીકારી શકતા નથી. અંતઃકરણની આ એક પ્રકારની દુર્બલતા છે. સત્યને સત્યરૂપે જાણ્યા છતાં તેનો સ્વીકાર ન કરવો એમાં અજ્ઞાન નહિ તો બીજું શું છે ! આ અજ્ઞાનને લીધેજ આપણે જ્યાંને ત્યાં પડયા છીએ અને હજી કેટલોએ સમય પડયા રહીશું તે કહેવાય તેમ નથી.

સત્યના સત્ય સ્વરૂપને જાણ્યા પછી તેને છોડશો નહિ. તમને ભલે તે છોડાવવા કોઇ પ્રયત્ન કરે આખું વિશ્વ વિરોધી થતું હોય તે છતાંય તમારે સત્યને છોડવાનું નથી. દુનિયાની લાલચો ભલે તમારી સામે આવીને ઉભી રહે તે છતાં તેનાથી ન લલચાતાં સત્યના સંગી રહેશો તો એ સત્ય તમને પરિણામે પદે પહોંચાડશે.

શુકદેવજીના મનમાં શંકા થઇ ને તે બોલ્યા.

સત્ય સત્ય મહારાજ જે, આપે કર્યું કથન,
તો પણ હજી નથી માનતું, આ મુજ દુર્મતી મન.
ઇંદ્રજાલ સરખું શું આ, તો નહિ હોય કદાચ, !
જેથી નાવે અગ્નિની, હસ્તે જરીએ આંચ,
આજ્ઞા આપો જો મને, કૃપાલુ જનક પ્રશસ્ત.
આપ નામ લઇ તો ધરૂં, અગ્નિ ઉપર મુજ હસ્ત.

મનમાં જનક વિચારે એમ, હજી પણ આને મુજમાં વે'મ
રચી નથી મેં તો ઇંદ્ર જાલ, (પણ) એના ઉર અજ્ઞાનની જાલ,
મંદ સ્મિત કરી મિથિલાપતિ, હસ્ત મૂકવા દે અનુમતિ.

સંસારે રાજે છતાં, સાધુ મિથિલા નાથ,
અદાહ્ય અગ્નિમાં રહો તો આ શુકનો હાથ
નિર્વિકાર નિજ તત્વથી, જનકની જો દૃઢ બાથ,
અદાહ્ય અગ્નિમાં રહો, તો આ શુકનો હાથ.
જનક વિદેહી હોય જો, જ્ઞાન સ્વરૂપ સાક્ષાત,
અદાહ્ય અગ્નિમાં રહો, તો આ શુકનો હાથ.

જનકરાજાના નામ અને પ્રભાવથી શુકદેવ મુનિના હાથને પણ અગ્નિનો સ્પર્શ ન થયો. જનકરાજાનુ બ્રહ્મદર્શી પણું તેમણે જાણ્યું. અને પોતાના મનને કહેવા લાગ્યા કે મન ! તું હંમેશાં શુભમાં પણ અશુભને જોવાવાળું છે તને ધિક્કાર છે. જનક જેવા તત્વજ્ઞાની અને બ્રહ્મદર્શી પુરૂષને પણ તેં વિલાસી કલ્પ્યા. ખરેખર તેમનું અંતર તેમનું મન

હંમેશા બ્રહ્મથી જોડાયલુંજ છે. મારા પિતાએ અહીં મોકલવામાં ભૂલ નથીજ કરી. આમ કહી તેઓ પ્રકટ પણે બોલ્યા કે

જય જય સ્વસ્વરૂપાભિન્ન,? જય જય જનક સ્વામી,
હું કૃતઘ્ની ને મતિહીન, મેં મૂઢતા મુજ વામી;
ભ્રમમાં ભૂલ્યો હું હાથે કરી, ગુમાવી મારી પતીજ,
ઉપરનો છોડાંથી ભ્રમાયો, જોઇ ન શક્યો હું મીજરે; જય૦
અક્ષમ્ય મેં અપરાધ કર્યો પ્રભુ આપનો આજ વિશેષ,
તેની નિવૃત્યર્થ કરો કાંઇ, શિક્ષાનો નિર્વેષરે; જય.
મુજ પ્રતિ આજે આપે છે, કીધા ઉપકાર અમાપ,
એક અધિક કરો મને માની, રંક શિષ્યરૂપ આપરે; જય.
હે સદ્ગુરૂ પરમાત્મન્? મુજને આજ દિયો ઉપદેશ,
સ્વરૂપ લહાતાં જેથી છૂટે, શુકનો મિથ્યા વેષરે; જય.

આ પ્રમાણે સ્તુતિ વચન કહી સાષ્ટાંગ પ્રણામ કર્યા રાજા જનકે તરતજ તેમના હાથ ઝાલી ઉભા કરી હૃદયથી ભેટયા અને બોલવા લાગ્યા.

મહામુનિ શુકદેવ? તમારૂં હૃદય ઘણુંજ ઉચ્ચ છે. તમારી પરીક્ષા મેં ઘણી ઘણી રીતે કરી છે છતાંય જે શ્રદ્ધા અને ભકિત તમારામાં જોવામાં આવી છે તે અન્ય કયાંહિ પણ નથી. તમારે દીન થવાની કાંઇ જરૂર નથી. તમે સર્વના સ્વામી છો. સર્વ કાંઇ કરી શકવાના સામર્થ્યને ધરાવો છો. સર્વ વાતે પૂર્ણ છો અને સર્વ વર્ણમાં ઉત્તમ ગણાતી બ્રાહ્મણ

જાતિના હોવાથી વંદન કરવા યોગ્ય છો. કહો હવે હૃદયની શી ઇચ્છા છે?

શુકદેવજી ગદ ગદ કંઠે બોલ્યા. વિરાગી મહાત્મન્ મને એટલો બધો ઉંચો ન ચઢાવશો. હું તો આપનો દાસાનુદાસ છું. હૃદયના સામર્થ્યને જાણવાવાળા આપને હૃદયની ઇચ્છા અજાણ્યી નથી. સાચો બ્રહ્મજ્ઞાની કોણ ? એ શંકાનું સમાધાન થઇ ગયું છે. અને હવે તો એ બ્રહ્મને જાણવા માટે શું કરવું તેજ પ્રશ્ન ઉદ્ભવે છે.

તમારો પ્રશ્ન સાંભળીને હું બહુ ખુશી થયો છું. રાજા જનક બોલ્યા. અને આવતી કાલે સવારે તમો મારી પાસે આવશો. તે વખત સઘળું સમાધાન થશે.

બીજા દિવસનો પ્રાતઃકાળ થયો. મુનિ શુકદેવ જનક મંદિરમાં રાજાને મળવા માટે પોતાના નિત્ય નિયમથી પરવારી તૈયાર થયા. ગઇ કાલે જે ઓરડામાં મહારાજાના દર્શન થયા હતા ત્યાં આવ્યા પણ કેવળ શાંતિ વ્યાપેલી જોઇ. કોઇ ત્યાં ન જણાતાં એક પછી એક ઘણાં ઓરડામાં જોયા. ગઇ કાલનું ઓીવૃંદ પણ અત્યારે જણાતું નથી. અને મહેલમાં જાણે કાંઇ વસ્તીજ ન હોય એમ જણાતું હતું.

મહેલને શોધી વળી શુકદેવજી બહાર આવ્યા. રાજા જનકને ન જોવાથી તે કયાં હશે એવી નિરાશા ક્ષણભર થઇ પણ તે ટકી નહિ. મહેલની સામેના ઉદ્યાનમાં એક પહાડના શિખર જેવું સ્થાન દેખાતું હતું. અને તેની અંદર ગુફા

હતી. શુકદેવજી ત્યાં ગયા. અને જનકરાજાને તે સ્થાનમાં ધ્યાનસ્થ બેઠેલા જોયા. તેમને પ્રણામ કરી સામે બેઠા. ગઈ કાલે રાજા જનકનું જે સ્વરૂપ શુકદેવજીને જણાયું હતું તેનાં કરતાં કંઇ જુદુંજ સ્વરૂપ આજે જણાયું. તેમના નેત્રો સ્વસ્વરૂપ ખુમારીમાં નીચાં ઢળેલા હતા. આત્માથી એકાગ્રતા સાધેલી હોવાથી ઓજસ મુખ ઉપર ઝળકારા મારતું હતું. અને તેઓ સ્વસ્થ ચિત્તે પદ્માસનયુક્ત બેઠા હતા. બહારનો માણસ તો આવીને એમજ કહે કે કયાં ગઇ કાલના સ્ત્રીઓના વૃંદમાં બેઠેલા વિલાસની મૂર્તિરૂપ જનક? અને કયાં આજના સ્થિર ચિત્તથી બેઠેલા મહા પ્રજ્ઞાવાન સ્વરૂપાભિન્ન જનક? પૂર્વ અને પશ્ચિમ જેવું તેમના સ્વરૂપમાં અંતર હતું.

કેટલોક વખત ગયા પછી રાજા જનક ધ્યાનથી મુક્ત થયા. સામે બેઠેલા શુકદેવજીને જોયા. અને ગંભીરભાવથી અલ્પમાંજ તેઓ બોલ્યા. મુનિબાળ શુકદેવજી. બ્રહ્મની વાતો કરવાથી કાંઇ બ્રહ્મની પ્રાપ્તિ થતી નથી. પણ બ્રહ્મને જાણવાથીજ બ્રહ્મની પ્રાપ્તિ થાય છે. બ્રહ્મના અખંડ ધ્યાનથી બ્રહ્મરૂપ થવાય છે. આને માટે સુગમ રસ્તો એકજ અને સરળમાં સરળ છે તે હું હમણાં તમને બતાવીશ. આટલું કહી તેમણે પાસે પડેલા ગજચર્મને પોતાના ઉપર ઓઢી લીધું.

શુકદેવજી આ રહસ્ય સંપૂર્ણ સમજી ગયા. તેઓ બોલ્યા. કૃપાળુ રાજન્ આપે ઘણીજ કૃપા કરી મને આ ક્રિયા દર્શાવી. હું તે પુરેપુરી સમજ્યો છું. બ્રહ્મને જાણવા. આત્મસ્વરૂપથી

એકતા સાધવા અન્ય ક્યાંહિ જવાનું નથી પણ આત્માથીજ એકતા સાધવાની છે.

રાજા જનક બોલ્યા. ખરેખર સત્ય છે. આત્મસ્વરૂપથી જ્યારે એકતા સાધવામાં આવે છે ત્યારે જીવનની બાજીજ બદલાઈ જાય છે. શુષ્ક શરીરમાં નવજીવનતા આવે છે અને તે મનુષ્ય સર્વ રીતે પૂર્ણ થઇ રહે છે. તે પૂર્ણતા તમે સત્વર અનુભવો એવી હૃદયની અભિલાષા છે.

દૃષ્ટાંત આ સ્થળે પૂર્ણ થાય છે. વિવેકી વાંચકોએ તે ઉપરથી ઘણું ઘણું શિખવાનું છે. સંસારમાં રહેવા છતાંયે આપણે નિત્ય આપણા મનને આપણા લક્ષ્ય સ્થળ સાથે સુખપૂર્વક જોડેલું રાખી શકીએ છીએ. અને જેટલા પ્રમાણમાં તે વધારે જોડાયલું રહે તેટલા પ્રમાણમાં લક્ષને આપણી પાસે ખેંચી શકીએ છીએ.

આવી સરળમાં સરળ યુક્તિ જાણવા છતાં જ્યારે તેને આચારમાં મૂકવામાં તમે આળસ કરો ત્યારે તમારા જેવો દુર્ભાગી બીજો કોણ છે. આજ આળસથી તમારી આટલી અવનતિ થઈ છે, અને હજી ક્યાં સુધી તેના સંગને સેવશો.

જાગ્યા ત્યાંથી સવાર ગણો. આજ દિન સુધી ભલે તમે તમારી તેને તે સ્થિતિ અનુભવી હોય પણ હવે ઉદ્યત થાઓ. કર્તવ્યને તમારા જીવનનો મહામંત્ર બનાવો.



૪.

તમે તમારા જીવનમાં પ્રાપ્ત કરવા યોગ્ય શું ધાર્યું છે? તમને આરોગ્ય પ્રાપ્તિની ઇચ્છા છે કે તમારે ધન મેળવવું છે. તમારે શાંતિ જોઇએ છે કે હાલની અશાંતિ. તમારે પુત્રની ઇચ્છા છે કે સ્ત્રીની. ટુંકમાં તમને જે વસ્તુની ઇચ્છા હશે તે પુર્ણ કરવાને માટે તમે સોએ સો ટકા શકિતમાન છો. આ ઇચ્છા અમુક મનુષ્યની સહાયથી પૂર્ણ થશે એવું ધારશો નહિ. તમે પોતેજ તે પૂર્ણ કરવા સમર્થ છો. તમારી ઇચ્છા શું છે તેનો વિચાર કરો. દેવાલયની ઉપર ફરફરતી ધ્વજા પવનની દિશા જે તરફ હોય છે તે તરફ ફરફરે છે. તમારી ઇચ્છા તેવી રાખશો નહિ. અંતઃકરણમાં જે ઇચ્છા ધારણ કરી તેના સ્વરૂપને પ્રથમ નક્કી કરો અને તેની યોગ્યતા જોઇ પછી પ્રયત્નમાં મંડો. ઇચ્છાને પૂર્ણ કરવાનો આ રાજ માર્ગ છે. જે તે માર્ગે ગતિ કરે છે ને પોતાના ધારેલા વિજયને અલ્પસમયમાં પ્રાપ્ત કરે છે.

પ્રિય આત્મન્? તમારૂં સામર્થ્ય ન્યૂન છે એમ માનશોજ નહિ. સામર્થ્યના ભંડાર તમારા અંતરમાં ભરેલા છે. તમેજ તેના માલિક છો. જે કાંઇ પરમાત્માનું છે તે તમારૂં છે. તમારાથી પર-જુદું તમારાથી ન મેળવી શકાય તેવું આ સમગ્ર વિશ્વમાં કાંઇજ નથી. તમારા સામર્થ્યની તમને ખબર નથી અને તેને લઇ તમે તમને દીન અને દુઃખી

માન્યા કરો છો. તમારી રચેલી કલ્પનાઓથીજ તમે ભય પામો છો બધુઓ, મારા આત્મસ્વરૂપથી અભિન્ન બંધુઓ. હવે એવા મિથ્યા ભયને છોડી દો. તમારા અંતરમનમાં અભયતાના સંસ્કાર નાંખ્યા કરો. પરિણામમાં આશ્ચર્યચકિત થાઓ તેવા વ્યતિકરને બનેલા જોશો.

મનુષ્ય જેવું માગે છે તેવું તેને પ્રાપ્ત થાય છે. એક મનુષ્ય હતો તેણે પોતાના બારણામાં દશ વર્ષ પૂર્વે બાવળ વાવ્યો હતો. અને બીજાએ ગુલાબનો રોપો રોપ્યો. હવે આજે તે બાવળ વાવનાર મનુષ્ય કાંટાના દુઃખથી ત્રાહ ત્રાહ પોકારે છે. જરા અસાવધનતા રાખી ઉઘાડે પગે બહાર ગયો કે તરત પગમાં શૂળ ભોકાયા વગર રહેતી નથી. તેમ જેણે ગુલાબ વાવ્યું છે તેને સુવાસ મળ્યા વગર રહેતી નથી. આજ પ્રમાણે મનુષ્યનાં જેવાં કર્મ છે. તે તેના અંતરમનમાં જેવા સંસ્કાર નાંખે છે તેવા ફળને તે મેળવે છે.

તમારા દુઃખનો ટોપલો કોઇ અન્યને માથે ઓરાઢશો નહિ. છગનભાઇએ આવીને મારા કામમાં ફડદું માર્યું અને મગનભાઇએ આ વિઘ્ન નાંખ્યું એવા વચનો કદી બોલશો નહિ. છગનભાઇ અથવા મગનભાઇ તમને કદી દુઃખ દે એમ નથી. તમારા કર્મ અને ચારિત્ર્યમાં તમે સૂર્ય સમાન તેજસ્વી બનો. અને સૂર્ય ઉપર ખોબો ભરી ધૂળ નાંખનાર જેમ પોતાના શરીરનેજ ધૂળથી ભરે છે તેમ તમારા કર્મ વિશુદ્ધ હશે. છતાં જે તમારી ટીકા કરશે તેઓ પોતેજ ટીકાને પાત્ર થશે.

શુભ કર્મની વાવણી તમારા આંતર મનમાં આજથી સરૂ કરો. અશુભ કર્મરૂપ વાવણીના ડાભડા તમારા આંતર મનમાં આજ સુધી તમે નાંખ્યા કર્યા છે તે બંધ કરશો. તમારા તરફનું પોષણ તેને ન મળશે અને શુભની વાવણીમાં તમે લાગશો એટલે એની મેળે તેનો નાશ થશે. શુભનું પરિણામ હંમેશા શુભજ હોય છે. કુદરતના રાજ્યમાં બાજરી વાવી જુવારની આશા કદી રખાતીજ નથી તેમ શુભના પરિણામમાં અશુભની શંકા હોઇ શકેજ નહિ.

મન વસ્તુતઃ એકજ છે પણ સરળતાને ખાતર તેના આંતર મન અને બાહ્ય મન એવા બે ભેદ પાડવામાં આવે છે. આંતર મન બાહ્ય મનને અધિન હોય છે. બાહ્ય મન તેનામાં જે સંસ્કાર નાંખે છે તેને તે ગ્રહણ કરે છે. વસ્તુઃત આંતર મન તો સદા સર્વદા શુદ્ધજ હોય છે અને તેના શુદ્ધ સ્ફુરણોજ થાય છે. પણ મનુષ્યે હાથે કરીને બાહ્ય મનના સંસ્કારોરૂપ પડદો તેના ઉપર નિત્ય નાંખ્યા કરીને તેને એવો તો મજબુત અને દૃઢ બનાવ્યો છે કે આંતર મનની શુદ્ધતાને આપણે જાણી શકતા નથી. ઝગઝગાટ પ્રકાશ મારતો દીપક કાળી હાંડીના આચ્છાદનને લીધે આપણને ન જણાય તેમાં દીપકનો શું દોષ ? આંતર મનની દશા પણ તેવીજ થઇ ગઇ છે. આટલું છતાં તેના સ્ફુરણો તો કોઇ કોઇ વખત હૃદયમાં થાય છે જ.

એક મનુષ્ય ધારો કે અત્યારે અમુક ચોરી કરવારૂપ અથવા અન્ય પાપકર્મ કરવા તૈયાર થયો છે. સમય મધ્યરાત્રિનો છે અને તેના કર્મને જોનાર કોઇ નથી. છતાં તે મનુષ્યનું આંતર મન તેને તે વખતે ના કહે છે કે ભાઈ આ કામ તું ના કરીશ. આ સૂચનાથી તેનું હૃદય કંપે છે. બાહ્ય મન પાછું તેને તે કર્મ કરવા સૂચવે છે. અને આખર આંતર મન તેની સૂચનાને માન આપે છે. તેના કર્મને કોઇએ જોયલાં ન હોવા છતાં આજે વરસોના વર્ષ સુધી ગયાં હોય તે છતાં મનમાં ગુપ્ત પશ્ચાતાપ થયાજ કરે છે. આ સર્વ આંતર મન કરાવે છે.

ફોટોગ્રાફીના કાચની ઉપર જે પદાર્થ ધરવામાં આવે છે તેનું પ્રતિબંબ તેના ઉપર પડી જાય છે. તેજ પ્રમાણે બાહ્ય મન જેવાં જેવાં બિંબો તેના ઉપર નાંખે છે તેવા પ્રતિબિંબો તેના ઉપર પડયાં જાય છે. માટે બાહ્ય મન ગમે તેવાં સંસ્કાર ગ્રહણ કરી આંતર મનમાં નાંખે તે બદલ સાવધાનતા રાખવાની છે. એ સાવધાનતા નથી રખાતી તો દુઃખ ઉત્પન થાય છે.

આત્માની મહાન શકિતઓ જે જાગ્રત થાય છે તે આંતર મનમાં શુભ સંસ્કાર નાંખવાથીજ થાય છે. જગતમાં જે કોઇ આશ્ચર્યચકિત શોધો થાય છે. તે શોધો કરનાર ક્યાં સાધન વડે ફતેહ મેળવે છે તો તે અન્ય નહિ પણ આંતર મનના સ્ફુરણથીજ થાય છે.

આ પ્રમાણે હોવાથી તમારા આંતર મનમાં કદી પણ ખોટા સંસ્કારો નાંખશો નહિ. વિપત્તિ, વ્યાધિ, કલેશ, ભય ઇત્યાદિનો કદી વિચાર કરશો નહિ. તેમ કોઇ તમને કહે તો તે સાંભળશોજ નહિ.

જ્યાં જુઓ ત્યાં પૂર્ણતા જુઓ સૃષ્ટિ સઘળી સુખમય છે. પશુ પક્ષીઓના જીવન નિહાળો તે કેવાં સુખમાં કિલકિલાટ કરતા ફરે છે ઉડે છે. જગતને પાળનાર વિશ્વંભર ઉપર તેને ભરૂંસો છે. કાલે મારૂં શું થશે એવી ચિંતા તેને નથી. અને મનુષ્ય જે પ્રાણી માત્રમાં સર્વોતમ ગણાય છે તેને ભવિષ્યની ચિંતા સંતાપે છે. પોતાની પાછળજ રહેલા હજાર હાથના ધણીની સહાય તે જોતો નથી. અને હું બલહિનછું. હું અશકતછું. એવી બૂમો પાડયા કરે છે.

તમે આજથી એક નવીન વ્રત સ્વીકારો. આજ સુધીનાં તમારા બાહ્ય મનદ્વારા નાંખેલા સંસ્કારોને ભુલી જાઓ. ભલે ગઈ કાલ સુધી તમે તેમાં દુઃખના સંસ્કાર ભર્યા હોય તેની ચિંતા કરશો નહિ. જે થયું છે તે હવે નથી થયું થવાનું નથી. આજથીજ સારા સસ્કાર નાંખશો તો બસ છે. હજી બાજી તમારા હાથમાં છે. તમે તે સહજવારમાં સુધારી શકો એમ છો.

આંતર મનમાં શુભ સંસ્કાર નાંખવાનું સરૂ કર્યા પછી તમે જેના જેના સમાગમમાં આવો તેને ઉત્સાહ આપતા રહો. એક દુઃખથી ઘેરાયલા મનુષ્યની પાસે જઇ આપ

તમને બહુ દુઃખ પડયું ભાઇ તમને બહુ દુઃખ પડયું એવા મિથ્યા વચનને બોલી જાણે તેના દુઃખમાં ભાગ લેનાર હો તેમ નકામી હાય અને નિશાસા નાંખશો નહિ. પણ તેને હિંમત આપો દુઃખથી તે કયા ઉપાયે મુકત થશે તે તેને દર્શાવો તેનું હૃદય ઉત્સાહથી ભરો.

ખરેખરૂં પુણ્યનું કામ આજ છે. એક પડતા મનુષ્યને ભાઇ તમે કેમ પડી ગયા એમ પૂછયા કરતાં તેને હાથ ઝાલી ઉભો કરો. જગતના મનુષ્યના જેવા તમે થશો નહિ તમે તમારામાં સુચારિત્ર્યની કાંઇ નૂતનતા જણાવો. જનસમાજમાં તો સામાન્ય રીતે એવીજ ટેવ પડી ગઈ હોય છે કે તેઓ દુઃખ અને નિરાશાના સંસ્કારને બીજાનામાં ભરી પોતાની મહત્તા માને છે. છ મહિને વરસે કોઈ તેનો મિત્ર મળે તો તરતજ કહેશે કે કેમ ભાઇ શરીર છેક લેવાઇ ગયું છે. પેલો મિત્ર શરીરે તો જોકે આરોગ્ય હોય છે તે છતાં પેલાના ધોતનથી કંઈક વિચારમાં પડે છે. મારૂં શરીર સુકાયું તો નહિ હોય એવી શંકામાં પડે છે અને તરતજ તેનું આંતર મન તે સંસ્કારને ગ્રહણ કરે છે.

નિશ્ચય કરી માનજો કે આંતર મન ધારે તે કરી શકવા સમર્થ છે. સ્પર્શમણિ હાથમાં હોવા છતાં દરિદ્રતાની બૂમ પાડવી એ એક પ્રકારની મૂર્ખતા છે તેમ આંતર મનના

સામર્થ્યને અપરિમીત જાણ્યા છતાં તેનો ઉપયોગ ન કરવો એ પણ તેનાથી વધારે મૂર્ખતા છે.

આંતર મનમાં સામર્થ્ય છે એમ તો અમે તમારા કહેવાથી માનીએ પણ એ સામર્થ્યને બહાર શી રીતે લાવવું આ પ્રકારનો પ્રશ્ન તમારા ઘણાના મનમાં આ સ્થળે ઉઠે એમ લાગે છે. તો તેના પ્રત્યુત્તરમાં હું જણાવીશ કે એ કામ તમે ધારો છો તેવું કઠણ નથી. હા, અલબત તેમાં પ્રયત્નની તો જરૂર છે જ. પણ પ્રયત્નની જરૂર શેમાં નથી પડતી. થાળીમાં ભોજન પીરસાયલું તૈયાર હોય છે તેને જમવા માટે હાથ હલાવવા રૂપ તથા કોળીઓ લઇ મોંમાં મૂકવારૂપ અને તેને ચાવવારૂપ પ્રયત્નની જરૂર પડે છે ત્યારે આ કામમાં પ્રયત્નની જરૂર કેમ ન પડે ! અવશ્ય પડેજ. એટલું નક્કી છે કે એ પ્રયત્ન પરિશ્રમ પુર્વકનો નથી. તમારે ઘેર બેઠાંજ સંપૂર્ણ શાંતિ અને સુખથી તેને તમે સાધી શકવા શક્તિમાન છો.

૫



તમારા આંતરમનમાં આજથી નવીન ચેતનાના



સંસ્કારો નાંખવાના શરૂ કરો. તમારે તો હવે વ્યાધિ, વિપત્તિ, ભય, ચિંતા ઇત્યાદિના વિચાર કરવાની પણ જરૂર નથી. તમારૂં આત્મસ્વરૂપ સર્વ રીતે નિર્ભય છે એ પ્રકારના ભાવને ચિત્તમાં ખડો કરો. અને પછી આંતર મનમાં પણ એજ નિર્ભયતાના વિચારો દૃઢ કરો. તમારી આજુબાજુનું વાતાવરણ એવું

રચો કે તમારી પાસે આવીને બેસનાર મનુષ્યને પણ સુખ શાંતિનુ ભાન થાય. કોઇ જીવનભર દુઃખી થએલો મનુષ્ય તમારી પાસે આવી બેસે તો તેની આગળ તેના દુઃખ સંબંધી એક શબ્દ પણ તમે જો તેના ખરા હિતસ્વી હો તો કહેશો નહિ. એવા ખોટા દિલાસા આપવાથી તમે આજ સુધી તેના મિત્ર છો એમ માનતા હો તો તે માન્યતા દૂર કરો. એ માન્યતા ખોટી છે. રણમાં દેખાતા મૃગજળના સરોવર જેવી છે. તમારે તે સેવવા યોગ્ય નથી.

વ્યવહાર પ્રતિ જોતાં જણાય છે કે ભૂલવા યોગ્ય વસ્તુ છે તે મનુષ્ય ભૂલતા નથી. અને કદાચ કોઇ ભૂલવા પ્રયત્ન કરે તો તેને સામો માણસ પાછો સ્મૃતિમાં આણી આપે છે. આ ટેવજ નુકસાનકારી અને ઉન્નતિમાર્ગની વિરોધી છે. દુઃખના પ્રસંગોને શા માટે મનુષ્યે વારંવાર સ્મૃતિમાં લાવવા અને લવડાવવા. એજ સમજાતું નથી. ફલાણાભાઇ તો ઘણાં સારા હતા અને તે જવાથી કેટલું બધું અંધારૂં થઇ ગયું વગેરે વચનો બોલી તે બોલનાર મનુષ્ય તો એમજ ધારે છે કે હું તે જે મનુષ્ય પ્રતિ બોલું છું તેના પ્રતિની મારી લાગણી જાહેર કરૂં છું. પણ તે એટલું સમજતો નથી કે એમ બોલી તેની સ્મૃતિને પાછી હું તાજી કરી આપું છું અને એક રીતે તેના હૃદયને દુઃખ ઉપજાવું છું.

દીલાસા દેવાનો આવો ખોટો રીવાજ તમારામાં જરા પણ રહ્યો હોય તો તેને તિલાંજલિ આપજો. દીલાસો દેવો,

હોય તો તેની જુદી રીત છે. ભાઈ તો ગયા પણ હવે તેની પાછળ શોક કરવાનો નથી અને તેમ કરી તેમના આત્માને દુઃખ ઉભું કરવાનું નથી. જે થઇ ગયું તે કોટી ઉપાયે ન થવાનું નથી. માટે હવે તો તેમના આત્માનું શ્રેય થાય તેમ કરવાનું છે. તેમની અધુરી રહેલી પ્રવૃત્તિઓ પૂર્ણ કરવાની છે. અને જો આપણે એક ચિત્તે એ કામ કરીશું તોજ આપણે તેમના પ્રતિની સાચી પ્રીતિ વિશ્વને બતાવી શકીશું.

ગમે તેવા દુઃખથી ઘેરાયલા હોય તે છતાં તે વાત દીન મુખ કરી જગતના જે તે મનુષ્યની આગળ કહેતા ફરશો નહિ કેમકે તમે જ્યાં જ્યાં એ વાતનું કથન કરો છો ત્યાં ત્યાં એ દુઃખનું વાતાવરણ ઉભું થાય છે. અને પાછું તમારા પ્રતિજ તે આવીને અથડાય છે. વળી જગતના મનુષ્યો તમારૂં દુઃખ દૂર કરશે એમ માનતા હો તો તેમાં તમારી ભુલજ થાય છે. તે બહુ બહુ તો તમારા દુઃખના રણશિંગામાં પોતાની એકાદ પીપુડી વગાડી આપશે અને કદાચ કોઇ સંસ્કારી હશે તો એકાદ બે ઉત્સાહ વચન કહેશે. આ પ્રમાણે હોવાથી આજથી તમારા મન સાથે નિશ્ચય કરો કે.

૫૬.

કહેવી ન દુઃખની કહાણી, જગત પાસે દીનતા આણી.
ક [illegible] ન મારૂં આવેલું દુઃખ ટાળશે,

એવું માની, રંક પ્રાણી,બની વાણી, વદવી ન દુર્બલતાની;–
જીવ જીવતણું દુ:ખ શું ટાળશે.
ભવધાણી, નિત્યતાણી, જીંદગાની, જેની છે ધૂળધાણી;–કહે૦
જગના જીવો સ્વયં જ્યાં છે અલ્પશકતને,
અજ્ઞાની, અંધતાની, મંદતાની, છારી જેપર છવાણી;–કહે૦
તેવા જનની દુરાશા ત્યજી ભજવું,
શૂલપાણિ, જોડીપાણિ,+થઇ ધ્યાની, તો તુજ સાચી મર્દાની-કહે૦
પ્રભુ ભકતજનો કેરાં નેત્રો તણા,
લુછે પાણી, નિજ જાણી, દીનતાની, એતો હણશે નિશાની-કહે૦
પ્રભુનો અનન્ય આશ્રિત થઇને અલ્યા,
અભિમાની! ભવમાની, છાનીમાની, સુખની કરીલે કમાણી-કહે૦

श्रीमती जयन्तीदेवी.

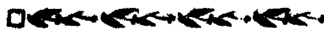
જ્યારે જ્યારે તમારા મનમાં નિરાશા પ્રકટે દુ:ખનું ભાન થાય અને બીજા કોઇ મનુષ્યને કહેવાની વૃત્તિ થાય ત્યારે આ પદ્યને શાંતિપૂર્વક ગાશો. તેના અર્થમાં લીન થઈ પછી તમારા આંતર મનને કહેશો કે હે મન! તારા આત્મ સ્વરૂપ પ્રતિ તું જો. તું સર્વદા સુખ સ્વરૂપજછો. સુખને અર્થે તારે અહિં તંહિ ફાંફાં શાં મારવાં? છોડીદે છોડીદે બહુ થયું. તું તો સર્વદા શુદ્ધ છે પણ બાહ્ય મનરૂપ કાળાશે તારામાં પણ કાળાશ લગાડી છે. એક ક્ષણમાં તે ધોઈ

+ હાથ.

નાંખ. તું તો શુભ્ર અને તેજસ્વી છે. આ પ્રકારનાં વચનો મનને કહી તમે તમારા આત્મસ્વરૂપ પ્રતિ દ્રષ્ટિ કરશો. વિચાર માત્રને છોડી દઇ તેમાં તલ્લિન થાઓ. આત્માનું ધ્યાન મુક્તિના અને સુખના સર્વ સાધનોનું મૂળ છે.

આજ અને આ પળેથીજ તમે એ ધ્યાનમાં પ્રીતિવાળા થાઓ. જીવનની સાર્થકયતા તેાજ કરી શકશો. માનવ અવતાર તમારો સફળ થએલો ગણાશે.

૬





પ્રિય સુખસાધક તમારે તમારા આત્મ સ્વરૂપનું



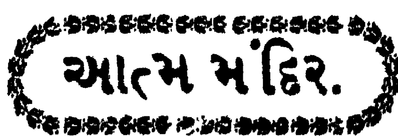
જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવું છે. ? હા, તો આવો અમારા આત્મમંદિરમાં. આત્માનું જ્ઞાન એજ પરમાત્માનું જ્ઞાન છે. જે આત્માને જાણે છે તે પરમાત્માને પણ જાણે છે. આત્મસ્વરૂપના જ્ઞાનને પ્રાપ્ત કરવા ઇચ્છા થવી એ મહા સદ્ભાગ્યની વાત છે. આજના રાજ્યકિય વાતાવરણવાળા યુગમાં તો આત્મસ્વરૂપ શું હશે અને તેનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત શી રીતે થઇ શકે તે જાણવાને ભાગ્યેજ કોઇને અવકાશ હશે. સહુ પોતપોતાના સ્વાર્થમાં લાગેલા છે અને તેથીજ ભગવદ્ગીતામાં કૃષ્ણચંદ્ર ભગવાને પણ કહ્યું છે કે.

मनुष्याणां सहस्रेषु कश्चिद्यतति सिद्धये ।
यततामपि सिद्धानां कश्चिन्मां वेत्ति तत्त्वतः ॥

હજારો મનુષ્યમાંથી એકાદ મનુષ્યજ મારી પ્રાપ્તિને માટે પ્રયત્ન કરે છે. અને મારે માટે યત્ન કરનારા સિધ્ધોમાંથી પણ એકાદજ મને સત્યસ્વરૂપમાં ઓળખે છે.

વૃક્ષનું મૂળ આખા વૃક્ષને પોષણ આપવા શક્તિમાન છે તે પ્રમાણે આત્મસ્વરૂપનું જ્ઞાન મનુષ્યને જે જોઇએ તે સુખ આપવા સામર્થ્યવાન છે. આ વાતને જો દરેક મનુષ્ય યથાર્થ રીતે સમજે તો આ ક્ષણથીજ પોતાની બહારની સઘળી ખટપટો છોડી આ પ્રયત્નમાં લીન થઈ જાય.

આત્મસ્વરૂપનાં જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ કરવાની ઇચ્છાવાળાં બંધુ અને બહેનો આવો. અમારા આત્મમંદિરમાં આવવા તમે તૈયાર થયાંછો તો તેમાં પ્રવેશવાની કંઇ પણ ફી નથી. સુખને ઇચ્છનાર ગમે તે સ્ત્રી પુરૂષને તેમાં પ્રવેશવા આત્મમંદિરના દ્વાર સદા સર્વદા ખુલ્લાંજ છે. પણ એટલું સ્મરણમાં રાખશો કે તેમાં પ્રવેશવા ઇચ્છા હોય તો તેના નિયમો તમારે બરાબર પાળવા પડશે. આ નિયમો શું શું છે તે તમને મુખ્ય દ્વારમાં પ્રવેશતાંજ જણાશે.



તે હૃદયકમળમાં સઉ સુખ છે.

આત્મ મંદિરમાં પ્રવેશ કરવા ઇચ્છનારે પાળવા યોગ્ય નિયમો.

शरीर माद्यं खलु धर्म साधनम् એ વચન પ્રમાણે શરીરનું આરોગ્ય સારૂં હોવું જોઇએ. કેમકે કહ્યું છે કેઃ—

नाहि आत्मा बल हिनेन लभ्यते.

બલહિન શરીરવાળા મનુષ્યને આત્માનો સાક્ષાત્કાર કદી હોતો નથી.

આત્મમંદિરમાં પ્રવેશ કરનાર મનુષ્ય પછી તે પુરૂષ કે સ્ત્રી ગમે તે હોય તે વ્યસન માત્રથી મુક્ત હોવો જોઇએ.

વ્યસનો મનુષ્યને પોતાના તાબામાં લઇ તેને ગુલામ બનાવે છે. કોઇ પણ પ્રકારનું વ્યસન પછી તે ચાહ, તમાકુ, બીડી, ભાંગ, ગાંજો, દારૂ, સેવવા યોગ્ય નથી. શરીરની શકિત તેનાથી ક્ષીણુ થાય છે. મન ઉપરનો અંકુશ જતો રહે છે. તેમ દિવસે દિવસે તેના ફંદમાં પડી આપણું સર્વસ્વ ગુમાવીએ છીએ.

વ્યસનો મનુષ્યને શાથી લાગુ પડે છે. મનુષ્યને જન્મથીજ કાંઇ વ્યસન હોતું નથી. દેખાદેખીજ તેની ટેવ પડે છે. મારા પાડોસી બીડી પીએ છે. તો મારે કેમ ન પીવી એ પ્રમાણે મનુષ્યો આજકાલ આંધળું અનુકરણ કરે છે. નાનાં બાળકોને બગાડનાર તો તેના માબાપોજ હોય છે. મા બાપને જેનું વ્યસન હોય તે ભલે પોતાનાં છોકરાંને તે ન કહે છતાં તેને તેની ટેવ પડે છે. બાળક જો

ફોટોગ્રાફીનો કાચ છે. તેના મા બાપ તેનું પ્રતિબિંબ છે અને ફોટોગ્રાફીના કાચમાં જે વસ્તુનું પ્રતિબિંબ પડે તે એ કાચ ગ્રહણ કરી લે છે. તેમાં તેની છાપ પડી જાય છે તેજ પ્રમાણે બાળકોના સંબંધમાં પણ છે.

વ્યસનોથી તમે જકડાઇ ગયા હો, તેના સપાટામાંથી છૂટવું તમને વાઘના પંઝામાંથી છૂટવા સમાન લાગતું હોય તો પણ હિમત હારશો નહિ. હું તમને સોએ સો ટકાની ખાત્રી પૂર્વક જણાવું છું કે તમે વ્યસનમાંથી છૂટવાને સંપૂર્ણ રીતે શક્તિમાન છો તમારો એકજ નિશ્ચય તેનાથી તમને છોડાવવાને બસ છે.

તમારા એ એકજ નિશ્ચયનું બળ જેવું તેવું ન ધારશો. એ બળના પ્રતાપે તો તમે ચાહો તે કરી શકો એમ છો. કંઇ કેટલા વ્યસની મનુષ્યોએ આ એકજ નિશ્ચયના બળે આપણે સ્વપ્ને પણ ન ધાર્યું હોય તેમ વ્યસનમાત્રથી મુક્ત થઇ પોતાના જીવનમાં અજબ પરિવર્તન કરી મૂક્યું છે.

વ્યસનોથી ડરશો નહિ. એ તો તમારાં પાડેલાં પડયાં છે. ભલે આજે તમે તેના પાશમાં બધ્ધ થઇ ગયેલા તમને માનો પણ તમારાં પાડેલાં વ્યસનો તમે ન મૂકી શકો એમ બનેજ નહિ. ? લાખો શિયાળવા.ની ચો તરફ ગર્જનાને શાંત કરવા એક સિંહનાદ બસ છે. તમારો નિશ્ચય એ તમારો સિંહનાદ છે. એ જ્યાં કર્યો ત્યાં વ્યસનોના ભાર નથી કે આવીને તમને સહજ પણ સતાવી શકે.

અમે વ્યસનોથી છૂટવા માંગીએછીએ છતાં છૂટાતું નથી એ પ્રકારના કાયરતાના શબ્દો તમારા મુખમાંથી ન શોભે શું તમે તમારૂં સ્ત્વ સઘળું ગુમાવી દીધું છે. ! તમારો આત્મા જે સદા સર્વદા મુક્ત અને સ્વતંત્ર છે તેને શું તમે વેચીને હાથે કરીને ગુલામી સ્વીકારી છે. ? હા, જો, તેમ હોય તો ઘણાં અફસોસની વાત છે. પણ એ અફસોસની સાથે હું તમને આનંદ પણ કરાવું છું. હવે ગુલામીના દિવસો રહ્યા નથી. સ્વતંત્ર આત્મા તેના ઉપર ગમે તેટલા બંધનો નાંખવામાં આવે છતાં સ્વતંત્રજ છે. આત્મા કદી વેચાતો નથી. આત્મા ઉપર કદી કોઇનું આધિપત્ય સ્થપાતું નથી. હા પણ એક વાત છે. હું અત્યારે લખી રહયો છું તે દિવસ જેઠ કૃષ્ણ પંચમીનો છે. આકાશ તરફ જોતાં સૂર્ય વાદળાની મધ્યમાં ઢંકાયલો છે. ચારે દિશાએ વાદળ વ્યાપ્ત છે. આ દૃષ્ય જોઇ મારે શું એમ માનવું કે સૂર્ય નથી ? હું તેમ કેમ માની શકું. ? અલ્પકાળ વ્યતિત થતાં સૂર્ય પાછો પ્રકાશશે. આજ પ્રમાણે આત્માના સંબંધમાં પણ છે. તેજ પૂર્ણ આત્માની ઉપર વ્યસનરૂપ વાદળની છાયાં છવાઇ છે. આપણે નિરાશ થવાનું કશુંજ પ્રયોજન નથી. આપણાં પ્રયત્નરૂપ વાયુથી વાદળાં સહજ વારમાં દૂર થશે.

આ લેખકના સંબંધમાં એવા પણ બે ત્રણ મનુષ્યો આવ્યા હતા કે જેઓ પોતાના પ્રાપ્ત વ્યસનથી છેકજ પાસ-

મલ થઇ ગયા હતા. શરીર બળ ક્ષીણ થયું હતું તે છતાં વ્યસનની અંધારી તેમના ઉપર એટલી બધી લાગી હતી કે તેઓ તેને છોડી શકતા નહિ. આવા મનુષ્યોની સ્થિતિનો વિચાર કરતાં દયાજ આવે છે. વ્યસનોથી તેમની બુદ્ધિ ઉપર કાટના થર બાઝયા હોય છે અને તેઓ બુઠ્ઠા મગજના થઇ ગયા હોય છે. આવા મનુષ્યોને સુધારવાનો એકજ સરળ ઉપાય છે. કે તેમના સંબંધી અથવા મિત્રોએ આ કામ પોતાના માથાપર લેવું. તેમના સહવાસમાં રહી તેમને ઉત્સાહ વચન આપી ધીમે ધીમે કળથી તે છોડાવવા પ્રયત્ન કરવો.

પોતાના એક નિશ્ચય માત્રથી વ્યસનનો જે મનુષ્ય ત્યાગ કરી ન શકે તેમને માટે બીજી સરળ રીત એ છે કે તેમણે ધીમે ધીમે પોતાના વ્યસનનો ત્યાગ કરતા શિખવું. દ્રષ્ટાંત તરીકે એક મનુષ્ય રોજની ૫૦) બીડી પીતો હોય તેણે ૪૫ કરવી. પછી ૪૦-૩૫ એમ ઉતરતા જવું આ રીત સહેલામાં સહેલી છે. એક સામાન્ય મનુષ્ય પણ તેને સહેલાઇથી અનુભવમાં મૂકી શકે છે.

વ્યસન માત્ર દુ:ખદાઇ છે. આ વચનને તમારા સ્મરણ પટ ઉપર હમેંશને માટે કોતરી રાખશો. વ્યસનોના શરાડી મનુષ્ય તમને ભલે કંઇ કંઇ કહે તે સાંભળશો નહિ. બીડી પીવાથી તો ખાધું પાચન થાય છે. દસ્ત સાફ ઉતરે છે, આજકાલના જમાનાની એ તો ફેશન છે, એવાં વચન

તમારે સાંભળવાની તેમ તમારા આંતર મનમાં ફસાવવાની લેશ પણ જરૂર નથી. ભલે તેનાથી સોએ સો ટકાનો ફાયદો થતો હોય પણ વ્યસન માત્ર ગુલામી આણનાર છે. એટલે આપણે મન નકામાં છે. જંગલમાં સ્વતંત્રપણે વિહરતું પક્ષી પકડી આપણે આજે જગતની દ્રષ્ટિએ જે સંગ્રહવા યોગ્ય વસ્તુ ગણાય છે તેવા સુવર્ણના પાંજરામાં પુરીએ તો એ સુવર્ણ એ પક્ષીને સહજ પણ સુખનું ભાન કરાવનાર થશે ખરૂં કે? સુવર્ણ પિંજરૂ એજ તેની બંધનતા છે. બંધનતાને સુખ કેમ કરીને માની શકાય? આજ પ્રમાણે ધારો કે એક વૈદ્યરાજે શક્તિવર્ધક પાક તૈયાર કર્યો છે. પાક ખાધામાં એવો સ્વાદિષ્ટ છે કે જાણે ખાયાજ કરીએ. વળી જેવો તે ખાવામાં સ્વાદિષ્ટ છે તેમ તેના ગુણમાં પણ સર્વોપરી છે. એઆની ભાર ખાતામાં તો શરીરમાં ઝણઝણાટ કરી મૂકે છે. આ પ્રમાણે પાક સર્વ રીતે ઉત્તમ છે પણ તેમાં થોડું સોમલનું ઝેર ભેળવેલું છે. ખાતી વખત તમને માલમ ન પડી શકે એવી રીતે એનું મિશ્રણ થએલું છે. હું તમને પૂછીશ કે ઝેર છે એ જાણ્યા પછી તમે એ પાક ખાવા તૈયાર થશો ખરા કે? તમે તરતજ કહેશો કે જહાનમમાં જાઓ એ પાક એને ઉકરડે નાંખો.

આજ પ્રમણે વ્યસનોના સંબંધમાં છે. વ્યસનોના સુંદર સ્વરૂપ જોઇ આપણે ભૂલવાનું નથી. ઇંદ્રવારણા દેખાવમાં સુંદર છતાં કડવાં છે. સાથે સાથે મૂકેલા બે પાત્રમાં

દૂધ ભર્યાં છે. દૂધ દેખાવમાં બને એક છે. પણ એક દૂધ ગાયનું ત્યારે બીજું થુવરનું છે. ગાયનું દૂધ પીતાં શરીરમાં શાંતિ થાય છે. થુવરનું દૂધ શરીરમાં દાહ કરી મૃત્યુને આણે છે. ફરી ફરીને પણ કહું છું કે વ્યસનોના ગુલામ તમે કોઈ દિવસ પણ થશો નહિ.

નાની નાની બાબતોના પણ વ્યસનો હોય છે. અને ઉન્નતિ માર્ગના પ્રવાસીએ તો એ સર્વનો જય કરવાનો છે. આપણા નિત્યના વ્યવહારની બાબત હોવાથી આપણે તે જાણી શકતા નથી પણ જ્યારે તે ન બને ત્યારેજ તેના આધિપત્યપણાની આપણને ખબર પડે છે. સરળતાને ખાતર થોડાં દ્રષ્ટાંત આપીશું.

એક મનુષ્યને સવારનાં ઉઠી રોજ ૮ વાગે ચાહ પીવાની ટેવ છે. સવારમાં એકજ વખત તે ચાહ પીએ છે. તેથી તે પોતાને ચાહનું વ્યસન છે એમ માનતો નથી. જોગજોગે તેને અડચણ આવવાથી એક દિવસ સવારની ચાહ ૮ ને બદલે ૧૦ વાગે મળે છે. એટલે એ બે કલાકનું અંતર તો એને આકાશને પાતાળ જેટલું અંતર લાગે છે. જ્યાં સુધી ચાહ નથી પીધી ત્યાં સુધી તેને કામ કરવાનું પણ સુઝતું નથી.

આ વ્યસન નહિ તો બીજું શું છે.?

બીજા મનુષ્યે રોજ ૧૧ વાગે જમવાનો વખત રાખ્યો હોય છે. હવે જમવું એ કાંઇ વ્યસન કહેવાય નહિ.

શરીરને ટકાવવાને ખોરાકની જરૂર તો બધાને હોય પરંતુ બને છે એમ કે એ ૧૧ ને બદલે બપોરના બે વાગે જમવાનું કોઇ દિવસ તૈયાર થાય છે તો એ ત્રણ કલાકનું અંતર તેને ઘણુંજ લાગે છે. તે એકદમ અકળાઈ જાય છે. પોતાના પ્રાપ્ત કામ પણ બરોબર કરી શકતો નથી. અને આ રીતે પોતે વ્યસનને અધિન છે એમ બતાવી આપે છે.

આ ઉપરથી કહેવાનો ભાવ એમ નથી કે નિયમિતતા ન જાળવવી. નિયમિતતા તો જાળવવીજ. પણ જ્યારે અપવાદ આપી પડે અને ન જળવાય ત્યારે આકળવિકળ થઇ ન જવું.

નિત્ય સાંજના સુતી વખત પ્રાર્થના કરજો કે "હે ઇશ્વર વ્યસનમાત્રથી મુક્ત રહેવાનું બળ તું મને આપજે. વ્યસનો એ મનની ગુલામી છે અને એ ગુલામીમાંથી તું સર્વદા મને મુક્ત રાખજે. તારૂં આત્મસ્વરૂપ કે જે મારા આત્મસ્વરૂપથી જુદું નથી તેનાથી દૃઢ અભિન્નતા મારી સદાકાળ ટકાવી રાખજે. હું તો તારૂંજ સ્વરૂપ છું." આ પ્રમાણેની પ્રાર્થના કરી તેના વિચારમાં મનને તલ્લિન કરી પછી સુખપૂર્વક નિંદ્રા લેશો. વ્યસનમાત્રથી મુક્ત થઇ રહેવાનું બળ તમારામાં આ પ્રાર્થનાથી કોઈ વિલક્ષણ રીતે આવેલું તમે અનુભવશો.

૩ આત્મજ્ઞાનની પ્રાપ્તિની તેનામાં દૃઢ ઇચ્છા હોવી જોઇએ.

આત્મમંદિરમાં આત્મજ્ઞાનને પ્રાપ્ત કરવાની સાચી અને દૃઢ ઇચ્છાવાળા મનુષ્યોનુંજ કામ છે. શું છે!

લાવો જરા જોઇ આવીએ એવી કૂતુહલ વૃત્તિથી તેમાં કદી પ્રવેશ કરવો નહિ. એવા મનુષ્યોને માટે આ સ્થાન નથી. ગમે તેવા સંજોગો આવી પડે છતાં આપણી આત્મજ્ઞાનની ઇચ્છા મંદ પડવી ન જોઇએ. જે મનુષ્ય નિરંતર ઉત્સાહી છે. વિઘ્નોથી ડરતો નથી નિષ્ફળતા મળતાં જે નિરાશ થતો નથી અને દ્વિગુણ બળથી પોતાના પ્રયત્નમાં મચ્યોને મચ્યો રહે છે તેજ મનુષ્ય આત્મમંદિરમાં પ્રવેશવાનો અધિકારી છે. આત્મદર્શન, પરમાત્મદર્શન, કોઇ વિરલ મનુષ્યનેજ થાય છે. **अथातो ब्रह्म जिज्ञासा** એ વચનમાં પ્રથમ એમજ પ્રતિપાદન થયું છે કે બ્રહ્મને જાણવાને પ્રથમ ઇચ્છા થવી એજ જરૂરની છે. જેના અંતઃકરણમાં ઇચ્છા થઇ છે તેજ મનુષ્ય પછીથી તેને પૂર્ણ કરવાના માર્ગમાં પ્રેરાય છે. નચિકેતાનું આખ્યાન આ સંબંધમાં અધિક પ્રકાશને પાડે છે. નચિકેતાને બ્રહ્મ જાણવાની ઇચ્છા થઇ હતી તે યમલોકમાં ગયો. યમે તેને બીજા પદાર્થોની બહુ બહુ લાલચો આપી પણ તેમાંની કોઇ પણ લાલચને વશ ન થતાં પોતાની આત્મદર્શન અને બ્રહ્મને જાણવાની જીજ્ઞાસાને તેણે દબાવી નહિ. તેના માર્ગમાં જે જે વિરોધી લક્ષણો આવતાં હતાં તે પ્રતિ તેણે ધ્યાન ન આપ્યું અને આખરે બ્રહ્મને જાણી શક્યો.

આત્મ જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાની જે મનુષ્યમાં દૃઢ ઇચ્છા થઇ છે તે તો પછી સર્વ વિષયમાં પોતાની ઇચ્છાનાજ

વિષયને જુએ છે. વ્યવહારના કાર્યોમાં ભલે આપણે તેને ભાગ લેતો જોઇ શકીએ પણ તેનું ગંતવ્યસ્થાન તદ્દન જુદુંજ હોય છે. તેનું મન આત્મજ્ઞાનને હંમેશાં ચિંતી રહેલું હોય છે.

તમારા અંતઃકરણમાં આજે જે ઇચ્છા ઉઠી છે તેને કદી મંદ પડવા દેશો નહિ. ભલે ગમે તેવાં વિઘ્નોમાંથી તમે પસાર થાઓ. તમારા માર્ગમાં તમને કેવળ અંધકાર અને ભયના કાંટાજ જણાતા હોય છતાં તમારી નિર્દોષ આત્મજ્ઞાનની ઇચ્છાને દબાવવાની કશીજ જરૂર નથી. જે મનુષ્ય વિપત્તિથી હારે છે અને તેનાથી દૂર ભાગે છે તે મનુષ્યને વિપત્તિ હજાર ગણી હરાવે છે. દૂર ભાગતાં આગીયા વૈતાળની માફક તેની સામેને સામે આવી ઉભી રહે છે. પરમાત્મા પણ આવા મનુષ્યોને કદી સહાય કરતા નથી. તેઓ પોતાના પુત્રોને આમ બિકણ અને બાયલા જોવાની ઇચ્છા રાખતા નથી. તેઓ તો હૃદયના શૂરવીર મનુષ્યને ચહાય છે. ભાઇ! શૂરવીર થાઓ. સબળ રક્ષક માથે હોવા છતાં તમારે શો ડર છે? જો પરમાત્મા તમને અનુકૂળ છે તેની રક્ષક સત્તા તમારે માથે છે તો પછી આખા વિશ્વમાં તમારો વાંકો વાળ પણ કરી શકવાની કોઇની તાકાત નથી.

તમારા હૃદયમાં આત્મજ્ઞાનની તિવ્ર જંખના કરો. કેમકે
જેની કરીશ અતિ તીવ્રતાથી, હૃદયમાં તું ઝંખના,

જે જરૂર મળશે એવી તું રાખીશ ઉર દૃઢ ભાવના.
દુર્લભ અસાધ્ય ભલે હશે પણ તુજ પ્રતિ તે આવશે,
તુજ કંઠમાં વરમાળ તુજ ભક્તિ તને પહેરાવશે.
પુનઃ પુનઃ આ વિચારને લક્ષમાં લઇ આગળ વધો.

૪. આત્મ મંદિરમાં આવનારે સર્વ સમય પ્રસન્ન રહેવું જોઇએ.

એક લગ્નના પ્રસંગમાં તરેહવાર ગીતો ગવાઈ રહ્યાં હોય અને આનંદ આનંદ વ્યાપી રહ્યો હોય તેમાં કોઇ બાઇ આવી રાજીઆ-મરણના ગીત ગાવા બેસે તો તે આપણને કેવું ખરાબ લાગે.

આજ પ્રમાણે આત્મમંદિર કે જ્યાં સર્વત્ર પ્રસન્નતા છવાઈ રહી છે તેમાં રડતી સુરતના ચહેરા ખરેખર દુઃખ ઉપજાવનારજ થઇ પડે. કટાણું મોં કરી, કે મોંનો થોબરો ચડાવી આત્મમંદિરમાં પ્રવેશવનો કોઇનો અધિકારજ નથી. તેઓ ભલે આ વિશ્વમાં મિથ્યા હાયવરાળને સેવી લમણે હાથ દઇ જ્યાં ત્યાં ફર્યા કરે. એવા નિર્ભાગી મનુષ્યનું અહિં કામ નથી.

સદા સર્વદા પ્રસન્ન રહેા. તમારા અંતઃકરણને કદી ખિન્ન કરશેા નહિ. પ્રસન્નતા એ તમારૂં પેાતાનું સ્વરૂપ છે. પરમાત્માનું સ્વરૂપ પણ એજ છે. માટે સર્વ સમય પ્રસન્ન રહેા.

અંતઃકરણને વિકળ કરનાર ગમે તેવા પ્રસંગો આવે તો પણ કદી અપ્રસન્ન થશો નહિ. નિશ્ચયપૂર્વક માનજો કે જગતમાં નિરાશા જેવી કોઈ વસ્તુજ નથી. અંતઃકરણની સમાન સ્થિતિ રાખવાથી અને પ્રસન્ન રહેવાથી સર્વ વિપત્તિઓ ટળી જાય છે. પ્રસન્નતા દૈવી પ્રસન્નતા ખરેખર મનુષ્યને સુખના પ્રદેશમાં લઇ જનારી છે.

મનુષ્યમાં રહેલો આત્મા સદા સર્વદા પ્રસન્ન સ્વરૂપ છે. તમને વ્યવહારમાં જ્યારે પણ દીલગીર થવાનો પ્રસંગ આવે ત્યારે સ્થિર ચિત્તે તેના પ્રતિ દૃષ્ટિ નાંખજો. સૂર્યનો ઉદય થવાથી જેમ ઝાંકળ જળનો અને અંધકારનો નાશ થાય છે તેમ તમારી નિરાશાનો અંત આવશે. હવે તમારે ઉદાસ થવાની કંઇજ જરૂર નથી. તમારી પાસે લાખ રૂપૈયા હોય અને તે જતા રહ્યા હોય. તમારા સગા સંબંધીમાંથી કોઇનો વિયોગ થવા પ્રસંગ આવ્યો હોય અગર તો તમારૂં શરીર વ્યાધિથી પીડા પામતું હોય તે છતાં અપ્રસન્ન થશો નહિ. પ્રસન્નતા એ એક દિવ્ય શક્તિ છે. તેનો સંગ સેવી રહેશો તો ગએલા રૂા. પણ તમેજ મેળવી શકશો. ગએલું આરોગ્ય પાછું તમેજ મેળવશો.

જેમ સમુદ્રની મધ્યમાં આવી જોવાથી જળ વિના બીજું કશુંજ જણાતું નથી તેમ આત્મમંદિરમાં પ્રવેશ કર્યા પછી તમને પ્રસન્નતા વગર બીજું કંઇ જણાશેજ નહિ. જો તમને તેમાં કંઈ જણાય બહારના વિકારો તમારી દૃષ્ટિ

સમીપ આવે તો તો નક્કી જાણજો કે તમે આત્મમંદિરને બદલે કોઈ બીજાજ પ્રદેશમાં ઘુસી ગયા છો. ત્યારે આપણું કર્તવ્ય શું છે?

સર્વ સમયમાં પ્રસન્નતા સેવ્ય છે.

પદ.

પ્રસન્નતાને કદી ન ત્યજીએ, પ્રસન્ન સઉ સ્થિતિમાં રહીએ,
કાંજે અચલ નથી દુઃખ સ્થિતિ, ક્ષણમાં ટળનારી લહીએ.
રાત્રિ પછી દિન આવે એવો, વિશ્વ નિયમ કયાં વિસરીએ,
સ્વપ્ન સમા જોઈ ક્ષણીક પ્રસંગો, નયનો શીદ જળથી ભરીએ.

શોકાનલે નવ પ્રજળવું, હસતું વદન વીર રાખવું,
આનંદથી કર્તવ્ય કરવું, ખિન્ન વચન ન ભાખવું.
ઘમઘોર રહે આકાશ ના, ક્ષણ વિતતાં નિર્મળ થતું,
આવેલું દુઃખ જઈ અલ્પ કાળે, સુખ પાછળ આવતું.

તડકો છાયા, માયાની છે રમત લહી ના મુંઝાઇએ. પ્રસ૦

શીદ ખાવું ત્યજીને બેસીએ, શીદ કોઇથી ના બોલીએ,
શીદ જઈ ખૂણે સ્મરી પ્રાપ્ત દુઃખને શોકમાં જીવ રોળીએ.
શીદ પ્રાપ્ત વ્યવહારો ન કરીએ, કાં ન હસીએ ખેલીએ,
જે ક્ષણ ટકે તે અર્થ વ્યર્થજ કાં નિશાસા મેલીએ.

રડવાનું કશું કારણ ન છતાં, બાળક બુદ્ધિ શીદ થઇએ. પ્રસ૦

દિવસો ગયા જેમ પૂર્વના તેમ આ દિવસ પણ વહી જશે,
ચિંતા અને ઉદ્વેગ સેવ્યાં, કાંઈ કામ ન આવશે.

આત્મત્વ આપણું કોઈ સ્થિતિથી નષ્ટ કદી થાતું નથી,
તે અચલ સુખરૂપ છે પછી તો ખિન્ન થવું શા હેતુથી.
આત્મસ્વરૂપમાં સ્થિર રહી સુખદુ:ખ જોતાં આનંદે વહીએ. પ્રસ.

છોને વિવિધ વ્યાધિ શરીરમાં, આવી ઘર કરીને રહે,
છોને મળેલી સર્વ સંપદ્ અન્ય સ્થળ માંહિ વહે.
છોને સગા સંબંધીઓ, પ્રિય મિત્ર નયને ના પડે,
છો સપ્ત ઉદધિ સુકાય, છો બ્રહ્માંડ આખું ગડગડે.
તો પણ આત્મસ્વરૂપ અવલોકી મુખથી મલક મલક હસીએ પ્રસ.

જ્યાં દુ:ખ કદી ન પ્રવેશી શકતું ત્યાં નિવાસજ રાખીએ,
ત્યાં સ્થિર થઈ માયાની આ કૃતિ રાજી થઇ થઇ ઝાંખીએ.
કંટક વને મજબુત જોડા પહેરી નિર્ભય ચાલીએ,
ભવસાગરે જળથી ન છળી, મહા મત્સ્ય બનીને મહાલીએ.
દુ:ખને સુખરૂપ જોતાં નરહરિ પ્રભુના ગુણ નિશદિન ગાઇએ. પ્રસ.

વિશ્વવંદ્ય.

આ દુ:ખથી ભરેલા અસાર સંસારમાં આત્મ સ્વરૂપ એજ સુખનું કારણ છે સંસારના માયિક પદાર્થો મનુષ્યને સુખ ઉપજાવનાર થોડા સમયને માટે થઇ પડે છે પણ તેમાંથી આખરે નિરાશ થવાનો પ્રસંગજ આવે છે. તેમાં સ્થાપેલી સુખ બુદ્ધિનો અભાવ થતાં એના એજ પદાર્થો દુ:ખ ઉપજાવનાર થઈ પડે છે. પદાર્થો તેના તેજ છે પણ મનના કારણે તેમાં આટલું પરિવર્તન થઈ જાય છે.

અધિક સરળતાની ખાતર આપણે દ્રષ્ટાંત આપીએ. પૂર્ણિમાનો ચંદ્ર પ્રકાશી રહયો છે. રસિક દંપતિ એ ચંદ્ર પ્રકાશમાં બેસી પરમ શાંતિ સુખને અનુભવે છે. ત્યારે વિરહી મનુષ્ય એજ ચંદ્ર પ્રકાશમાં દાઝકતા જુએ છે. મનની સ્થિતિના ફેરને લઇનેજ આ પ્રમાણે દરેક વખત બનતું જોવામાં આવે છે. સુખ સાધકનું કર્તવ્ય છે કે સર્વ પદાર્થોને જોતા છતાં મનને સ્વરૂપ ચિંતનથી જોડેલું રાખવું.

આ કાર્ય ન બની શકે તેવું નથી. વ્યવહારની દુઃખમય ધુરા મનુષ્યના શીર ઉપર લાગેલી છે. જમાનો આખો પ્રવૃત્તિમય થઇ ગયો છે તેવા સમયમાં આ નિવૃત્તિનું સુખ શી રીતે લઈ શકાય એમ ઘણા મનુષ્યો માને છે. અને અન્ય પાસે મનાવે છે. પ્રગતિના માર્ગમાં ગતિ કરવા ઇચ્છનાર મનુષ્યને આ પ્રમાણે માનવું યોગ્ય નથી. મનુષ્ય ગમે તેવી પ્રવૃત્તિમાં ગુંથાયલો હોય તેને ખાવાની પણ નવરાશ મળતી ન હોય તે છતાં એ સ્વરૂપ ચિંતન કરી શકે છે. વ્યવહારના કાર્યમાં સહજ પણ ઉપરામ પામવાની તક મળે કે તરત આત્મા તરફ દ્રષ્ટિ નાંખવી. એક ક્ષણ પણ તે તરફ જોવું. અને પાછું કાર્ય હાથ ઉપર લેવું. કોઈ કહી શકશો કે આ યુક્તિ કઠીન છે? એક સામાન્યમાં સામાન્ય મનુષ્યથી પણ તે ન સધાય તેવી છે?

ભવસાગર રૂપ સમુદ્રને જોઇ જળથી ગભરાવ નહિ પણ પૂર્વના કાવ્યમાં જણાવ્યું તેમ માછલા રૂપ બનીને સુખ

પૂર્વક તેમાં મહાલો. જળ જેમ મત્સ્યનું જીવન છે અને તેને તેમાં ડુબાવી શકતુ નથી તેમ તમે પણ ભવસાગરમાં ડુબી શકશો નહિ.

૫. ઉત્સાહ અને શ્રદ્ધાના ગુણને ધારણ કરો.

આ સર્વોત્તમ ગુણોને ધારણ કર્યા વિના તમે આત્મમંદિરમાં કદીજ આગળ વધી શકવાના નહિ. આગળ વધવાની ઉત્સાહ અને શ્રદ્ધા બે પાંખ છે મનુષ્યરૂપ પક્ષી તેનાથી ગગનમાં ઉડી શકે છે. આના સંબંધમાં પૂર્વે કહેવાયું છે અને જેટલું કહીએ તેટલું ઓછું છે. તમારા ઉત્સાહને મંદ પડવા દેશોજ નહિ. પ્રયત્નમાં એક હજાર વખત નિષ્ફળ ગયા હો તો પણ ઉત્સાહી રહો. નાનું બાળક ચાલતાં શીખે છે તે પૂર્વે કેટલી વખત પડે છે છતાં તે નિરૂત્સાહી થતું નથી. તમે તો બાળકથી ચઢીયાતા મોટા મનુષ્ય છો. તમારે ઉત્સાહ વગરના ઢીલા થવાની જરૂર હોય ખરી કે ? જે કાંઈ આગળ વધાય છે તે ઉત્સાહથીજ વધાય છે. તેની પાછળ શ્રદ્ધા જોઇએ. શ્રદ્ધા એ ઉત્સાહને મજબુત કરે છે. નિરૂત્સાહી થવાથી મનુષ્ય જેટલું જીવન ગુમાવે છે તેટલું અન્ય કશાથી ગુમાવતા નથી. હજાર વખત પ્રયત્નમાં નિષ્ફળ ગએલો મનુષ્ય એક હજારને એકમી વખત પણ વિજય સંપાદન કરી શકે છે. કેમકે મનુષ્યને ઉત્સાહથી ન મળે એવી તો દુનિયામાં કોઇ વસ્તુજ નથી. ક્ષુદ્ર કીટોડા સરખા પ્રાણીઓ

સમુદ્રને ખળભળાવ્યો હતો ત્યારે મનુષ્ય શું ન કરી શકે ! તે ધારે તો આખા વિશ્વને પણ ખળભળાવી શકે તેમ છે. પૂર્વકાળમાં તપસ્વીઓ તેમ કેટલાક દાનવો તપ કરતા હતા તે તપના પ્રભાવથી ઇંદ્રનું ઇંદ્રાસન પણ ડોલવા લાગતું તે વાત કાંઇ કપોળ કલ્પિત નથી. આરાધ્યદેવને એ તપ પ્રભાવથી આવવુંજ પડતું. અને ઉપાસકને વરદાન પણ આપતા. આ પ્રમાણે હોવાથી આત્મમંદિરમાં આવીને નિરૂત્સાહી કદી થશોજ નહિ તમે થોબરા જેવું મોં ચઢાવી જાણે કોઇ ઉંડા વિચારમાં પડયા હોય તેમ માથે હાથ દઇને બેસશો નહિ. પ્રસન્ન રહો. અને તમારા પરિચયમાં જે આવે તેને પણ પ્રસન્ન કરો અને ઉત્સાહ આપો.

ઉત્સાહ એ ખરેખર એક અજબ વસ્તુ છે. તેનાથી કંઇ કેટલા મનુષ્યોએ પોતાના જીવતરને સુધાર્યાં છે. અને અન્યના સુધારવા નિમિત્તરૂપ થયા છે. તમે પણ તેવાજ થશો. આને માટે નીચેનું પદ્ય ઘણું અસરકારક થઇ પડશે.

પદ. (કાનુડા તારી મોરલી એ લય)

નિરાશિત જનને આપજે તું ઉત્સાહ વચન દા'ડી દા'ડી.
ભયભિત જનને તું તો અભય સ્ફુરાવી થા હસ્ત ગ્રહીને અગાડી,
ઉત્સાહ હૃદયથી આપી તું તેનાં, નાંખજે દુઃખને બગાડી;
ભૂમીએ પડેલા જનની પાસ તું જઇને, થાબડ પીઠ સુખકારી,
ભાઇ ! ઉઠો ઝટ બેસી રહ્યા શું, વદજે વાણી મનોહારી;
મુંદભાગ્ય મારૂં સુખને ન દેખ્યું, નાંખ્યું અમુકે બગાડી,

એવું કહે તેના કાનમાં જઇને, સુખની ઘંટા દે વગાડી;
દુઃખરૂપનિદ્રામાંહી ગ્રસિત્ થએલા જનને સુખની વીણાથી જગાડી,
સુખના માર્ગનો રસ્તો બતાવી તેને, દેજે કર્તવ્યે લગાડી;
સમુદ્રની મધ્યમાં ડોલાં ખાતાં જીવને ઉત્સાહનું હોડકું બતાવી,
બેસાડી તેમાં તું પાસ રહીને, સુખના કિનારે લેજે લાવી;
દુઃખી જનને જે મદદ કરે છે તે થાતા પ્રભુને પ્રિયકારી,
પ્રભુને પ્રિય થવા બંધુને બહેનો, લેજો સેવામંત્ર ધારી.

કેટલીક સૂચનાઓ,

આત્મમંદિરમાં આવ્યા પછી તમને સિદ્ધિઓ પ્રાપ્ત થાય તો તેનાથી લોભાશો નહિ.

કદાચ તમારી પોતાની જાત માટે તેનો ઉપયોગ કરવો ઘટે તો તે પણ ન છૂટકે કરજો. આવી મળેલી સિદ્ધિઓ અન્યને બતાવવા માટે નથી. કદીપણ ચમત્કાર બતાવાની આશા રાખશો નહિ. સંકલ્પ બળની સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થાય તો એ સંકલ્પ તમને આગળ વધારવામાં અગર તો ખરેખરા દુઃખી જનોના દુઃખ ટાળવામાં પ્રેરશો. અન્યનું અહિત કરવા અથવા અન્યને આધિન કરવા એ બળને પ્રેર્યું તો કદાચ એકાદ વખત તો તે સિદ્ધ થએલું જોશો પણ પાછળથી તેની સિદ્ધિનો નાશ થશે. શાપ આપી કેટલાએ ઋષિઓએ પોતાના તપબળનો નાશ કર્યાના દાખલા પૂરાણુમાં પ્રસિદ્ધ છે. અને તેથીજ પતિવ્રતા સતિ સ્ત્રીઓ તેમ તપસ્વી મુનીઓ પોતે થાય છે ત્યાં સુધી તો દુઃખને સહન કરે છે,

છતાં શાપ આપતા નથી. અને કષ્ટની પરાકાષ્ટાએ શાપ આપે છે. સતી સીતા પોતાના એક સંકલ્પમાત્રથી રાવણના આખા કુળનો નાશ કરી શકે તેમ હોવા છતાં તેમણે તેમ ન કરતાં જાતેજ દુઃખ સહન કર્યું છે. અને તેમાંજ તે સતીઓમાં શીરોમણીરૂપ આજે પણ મનાય છે.

કદી પણ અધિરા ન થશો. આત્મમંદિરમાં આવ્યા પછી મને આજેજ આત્મદર્શન કેમ નથી થતાં એવી તાલાવેલી ન કરશો. સત્કર્મનું ફળ કદીજ નિષ્ફળ જતું નથી એ મહાવાકયને સ્મરણમાં રાખી તમારી પ્રવૃત્તિ ફળની આશાનો ત્યાગ કરીને કર્યા જશો. માગે તેની આઘે અને ત્યાગે તેની આગે એ નિયમ પ્રસિદ્ધ છે. જે વસ્તુની ઇચ્છા કરી તેમાં મોહવશ થઇ લોલુપ થઇ જવાય છે ત્યારે તેની પ્રાપ્તિ દૂરને દૂર જતી જાય છે. ખરેખરી કિંમત ત્યાગમાં છે. જ્યારે ત્યાગનો ગુણ ધારણ કરાય છે ત્યારે સિદ્ધિમાત્ર તે પુરૂષના ચરણ આગળ આવી આળોટે છે. ગૈાતમબુદ્ધની મહત્તા તેના ત્યાગને લીધે છે. રાજ્યવૈભવ સૈાન્દર્યવાન સ્ત્રી, પુત્ર સર્વનો ત્યાગ કર્યો અને જંગલમાં જઇ તપ આરંભ્યું સિદ્ધિઓ પ્રકટ થઈ ત્યાં તેને મનમાનતાં વૈભવો આપવા જણાવ્યું. પણ બુદ્ધે તેમાં ન લોભાતાં પોતાનું ધ્યાન ચાલુ રાખી નિર્વાણ પદ પ્રાપ્ત કર્યું એ સુપ્રસિદ્ધ છે.

આત્મમંદિરમાં આવી ત્યાગના ઉત્તમ ગુણને ધારણ કરો. શું ત્યાગવું ? મનની માયા. એનો ત્યાગ થતાં સર્વ

ત્યાગ થઇ શકશે. પરંતુ લેખક અનુભવથી જણાવે છે કે મનની માયા ત્યાગવાનું કામ સહેલું નથી. ભલા ભલા તપસ્વિઓ પણ એ માયાના પ્રભાવે મહાન થયા છે તો સંસારમાં રચી પચી રહેલા સામાન્ય મનુષ્યનું શું ગજું ! છતાં નિરાશ થવાની કંઇ જરૂર નથી. ધીમે ધીમે કરીને પણ તમે ત્યાગના ઉત્તમ ગુણને તમારામાં પ્રકટાવી શકશો.

અભ્યાસની સરળતા ખાતર ત્યાગ કરવા યોગ્ય વસ્તુનું કંઇક અલ્પ સ્વરૂપ અત્રે આપીશું ચિત્તની ચંચળતાનો પ્રથમ નાશ કરો. તમારૂં ચિત્ત કેટલું બધું ચંચળ છે. આગગાડી કે એરોપ્લેનના કરતાં પણ તેનો વેગ વધારે છે. તમારા ઘરમાં બેઠાં બેઠાંજ તમારૂં ચિત્ત કયાંનું કયાં જઈ આવે છે. સેંકડો વિચારો એક પછી એક તમારા મનમાં આવે જાય છે. આ સર્વ ચિત્તની ચંચળતા સૂચવે છે. તેનો ત્યાગ કરો. સ્વસ્વરૂપ પ્રતિ ચિત્તને વાળવાથી તમે તેમ કરી શકશો.

તમારી બુદ્ધિમાં જે કંઇ ભ્રમતા વ્યાપી રહી છે. આ ખરૂં કે આ ખોટું. શિવમાર્ગ ખરો કે વૈષ્ણવમાર્ગ ખરો એવા તર્કવિતર્ક ઉઠયા કરે છે. અને તેને લીધે તમારી વૃત્તિમાં વિહ્વલતા વ્યાકુલતા પણ પ્રકટે છે તે સર્વ ભાવોનો ત્યાગ કરો.

મનના અવિચ્છિન્ન વેગો. સહજમાં નીચી ભૂમીમાં ઢળી પડવાની વૃત્તિ તેમ કંઇ ન હોય છતાં તમારીજ કલ્પનાથી ભય માની ભયભિત થવાની વૃત્તિનો ત્યાગ કરો. દુઃખરૂપી,

અહંતા કે જેથી તમારામાં મારા તારાના ભેદ પ્રકટયા છે અને જે દ્વંદ્વતાના ભેદોએ કરી તમે આટલા દુઃખી થયા છો તે અહંતા કાઢી નાંખો. આજ અને હાલ આજ પળે તેનો ત્યાગ કરો. સર્વત્ર આત્મતત્વ વિલસ્યું છે ત્યાં મારા તારાના ભેદ કયાં રહ્યા. અંતરના સંકુચિત ભાવો, દ્વેષો એ સર્વ ત્યાગ કરવા યોગ્ય છે.

આત્મમંદિરમાં પ્રવેશનાર મનુષ્ય બ્રહ્મચર્યની મહત્તા જાણતો હોવો જોઇએ. આજકાલ પ્રજાના શરીર તરફ દૃષ્ટિ કરીએ છીએ તો સુકલકડી કશાપણ ઓજસ વિનાના. સહેજ શ્રમમાં થાકી જનારા થઇ ગયાં છે. પુરૂષોનીજ એકલી દુર્દશા થઇ છે એમ નથી પણ સ્ત્રીઓની એ તેજ દશા છે ઘરમાં ઘાટી કે રામો અગર કોઈ બાઇ રાખ્યા વિના તેમનાથી ઘર કામ કરવાની તો શક્તિજ નથી. શેર દળવાનું અથવા એક ઘડો કુવામાંથી પાણી ખેંચવાનું આવે તો તેમને આકાશ પાતાળ એક થઈ જાય તેટલું કષ્ટ પડે છે. તેમનું શરીર કોઇ પ્રદર જેવા છુપા દરદોથી પીડાતું હોય છે. વાંઝીયાપણાની ફરીયાદ તો આજકાલ સામાન્ય થઇ ગઈ છે. આ સર્વ શાને લીધે ? બ્રહ્મચર્ય ભંગને લીધેજ. ઋતુકાળમાં સ્ત્રીને ભોગવવાનો નિયમ હોવા છતાં આજે તો વિલાસનું સાધનજ સ્ત્રી થઈ પડી છે. અને પ્રાચીનકાળમાં રોમ જેમ વિલાસપ્રિય થવાથી નાશને પામ્યું હતું તેમ આર્યપ્રજા અધોગતિના માર્ગમાં ઘસડાતી જઇ પોતાની તેમ દેશની

સ્વતંત્રતા નાશ કરી પાંજરામાં પૂરાયલા પક્ષીની માફક પોતાની પ્રાપ્ત દશામાંજ દુઃખને સુખ માને છે. **શતંજીવ શરદો** તું સો શરદઋતુ જીવ એવું વાક્ય કલિયુગમાં પણ પ્રસિદ્ધ છતાં ત્રીશ ૪૦ વર્ષમાંજ જીવનયાત્રા સમાપ્ત કરે છે.

બ્રહ્મચર્યનો પ્રભાવ કેવો છે? તે મહા અદ્‌ભુત છે. મહાભારતની કથા વાંચો. બ્રહ્મચારી ભિષ્મપિતામહે પોતાના આવેલા મૃત્યુને પણ છ માસ સુધી આજ બ્રહ્મચર્યના બલથી રોક્યું હતું. યુદ્ધમાં શ્રીકૃષ્ણ પરમાત્માને પણ નિશસ્ત્ર રહેવાની પ્રતિજ્ઞા હોવા છતાં સુદર્શન ચક્ર ઝલાવવાની એક દિવસ ફરજ બ્રહ્મચર્યના પ્રભાવથી પાડી હતી. રામાયણની કથા વાંચો. હનુમાનજીએ મંદ્રાચળ જેવા પર્વતને પણ આજ બ્રહ્મચર્યના બળે ઉપાડયો હતો. રાવણના પુત્ર ઇંદ્રજીત સાથે યુદ્ધનો પ્રસંગ આવતાં ભગવાન રામચંદ્રજીએ પણ આજ બ્રહ્મચર્યના મહિમાને પોતાના મુખથી જણાવતાં કહ્યું હતું કે ઇંદ્રજીતને મારવા હું પોતે પણ સમર્થ નથી જેણે બાર વર્ષ સુધી અખંડ બ્રહ્મચર્ય પાળ્યું હશે તેજ એને મારી શકશે અને લક્ષ્મણજીએ બાર વર્ષથી બ્રહ્મચર્ય પાળેલું હોવાથી તેઓ તેને મારી શક્યા હતા.

બ્રહ્મચર્ય આવા ઉત્તમ લાભને આપનારૂં હોવા છતાં મનુષ્યો શાથી રક્ષી શકતા નથી. પોતાની ઇંદ્રિયપરનો સંયમ તેમણે ગુમાવેલો હોય છે. તેમનું પોતાનુંજ મન તેમને વશ ન રહેતાં તેઓ મનને વશ થાય છે. જેમ જેટલા

સદ્વિચારને સેવવા છતાં મન વશ થતું નથી. ચિત્ત વૃત્તિ સ્થિર રહેતી નથી એવા પ્રકારનો એક ભાઇનો પત્ર હતો. તેમની વાત કદાચ બરોબર હશે પણ પ્રયત્નવાન મનુષ્યને અશક્ય જેવું કંઇજ નથી. અવશ્ય એવા સંજોગોમાં કેટલાંક બહારના પરિવેષ્ટાનો બદલવાની જરૂર પડે છે. પણ તેમ કર્યાથી તેઓ ધારેલું ફળ પ્રાપ્ત કરી શકે છે

આજકાલની કેટલીક નવલકથાઓ વાંચવાનું બ્રહ્મચર્યને રક્ષી રહેવા ઇચ્છનાર મનુષ્યોએ છોડી દેવું જોઇએ. કોઇપણ સ્ત્રી યા પુરૂષ કાંઇ મૂળથી ખરાબ હોતાં નથી. પણ સંજોગો તેમ સહવાસ તેમને ખરાબ કરે છે. અગ્નિ સમીપ રહેવાથી ઘૃત હમેશા પીગળે છે એ જાણીતો નિયમ છે. આજની નવલકથાઓમાંથી કેટલીકમાં પેમલા પ્રેમલીઓની શૃંગાર ચેષ્ટા વ્યભિચાર તેનાથી આવતું દુષ્ટ પરિણામ વગેરેજ જોવામાં આવે છે. આવી વાર્તા વાંચવાથી મન ઉશ્કેરાય છે. માટે બ્રહ્મચારી માણસે તત્વચિંતનાદિનાજ પુસ્તકો વાંચવા જોઇએ. સહવાસ પણ ઉત્તમ રાખવો જોઇએ. નબળી વાત સાંભળવી નહિ તેમ કરવી પણ નહિ. આટલું છતાંએ જે મનુષ્ય બ્રહ્મચર્ય રક્ષી ન શકે તેણે પથારીઓના ઓરડા જુદા રાખવા જોઇએ. અનુકૂળતા હોય તેણે થોડો સમય સ્ત્રીને તેના માતપિતાને સ્વગૃહે મોકલવી. સતસમાગમ પણ બ્રહ્મચર્ય રક્ષી રહેવામાં બહુ ઉપયોગી મનાયો છે. નિત્ય કોઇ સાધુ પુરૂષના આશ્રમમાં જવું અને કથા વાર્તા સાંભળવી તે પણ શ્રેષ્ઠ છે.

બ્રહ્મચર્યને રક્ષી રહેવાના તાત્કાળીક ઉપાય તરીકે ઠંડું જળ છે.જ્યારે પણ લાગણી ઉશ્કેરાય ત્યારે ઠંડા જળથી માથાબોળ સ્નાન કરી લેવું. સ્નાન કરતાં પ્રાર્થના કરવી કે હે ઈશ્વર મને બ્રહ્મચર્યને રક્ષી રહેવાનું બળ આપજે. સ્નાન અને પ્રાર્થના કર્યા પછી ઘરમાં દેવસેવા હોય ત્યાં જવું અને શાંત ચિ-તે પોતાના ઈષ્ટમંત્રની પાંચ માળા ફેરવવી.

કુવાને કાંઠેથી બેડું લઇ જળભરીને આવતી યુવતિ પોતાની સહપણીઓ સાથે વાત કરે છે છતાં તેનું ચિત્ત બેડામાંજ હોય છે તેમ આત્મમંદિરમાં પ્રવેશી આત્મસાક્ષાત્કાર કરવા ઇચ્છનારે આત્મા વિના બીજા વિચારોજ ન કરવા. આ અગત્યના નિયમને લક્ષમાં રાખી હવે સાધનવિધિને દર્શાવીએ છીએ.

साधन विधि.

અંતરના ઉડાંણ, વાસ પ્રભુનો સર્વદા.
કરીને આજે પ્રયાણ, નિરખજે પ્રભુ નયનો ભરી;
સઘળું તુજને પ્રાપ્ત જે જોઇએ તે પાસમાં.
કશું ન રહેતું અપ્રાપ્ત, કાજે પ્રભુ તુજ સમીપ છે.

હમેંશા પ્રાતઃકાળે પાંચ વાગે ઉઠવાનો વખત રાખવો. તેનાથી એક કલાક વહેલા ઉઠાય તો વધારે ઉત્તમ. મનુષ્યને પુરતી તનદુરસ્તીને માટે સાત કલાકની નિંદ્રાની જરૂર

ગણાય છે. એટલે ચાર વાગે ઉઠવા ઇચ્છનારે નવ વાગે સુવાનો નિયમ રાખવો. અને પાંચ વાગે ઉઠનારે દશ વાગે સુઇ રહેવું.

નકામી વાર્તાના ગપાટામાં અથવા વર્તમાનપત્રો કે એવુંજ કંઈ વાંચવામાં આજકાલ મનુષ્યો રાત્રિના બાર વાગ્યા સુધી જાગતા રહી પછી સવારે મોડા ઉઠે છે. પરંતુ આરોગ્યને બગાડનાર આ ક્રિયા છે. આજ કાલ પ્રવૃત્તિના સમયમાં નોકરી વગેરે કારણને લઇ સુવાનું મોડું થાય તો તે અપવાદને બાદ કરતાં સર્વ મનુષ્યો તો આ નિયમ સુખ પૂર્વક પાળી શકે છે.

અમે વહેલા ઉઠવાનો વિચાર કરીએ છીએ છતાં નિંદ્રા ધિન થયા પછી અમારાથી વહેલા ઉઠી શકાતું નથી એ પ્રકારની દલીલ પણ કદાચ આ સ્થળે ઉઠશે. તેથી તેનું વિવેચન કરતાં જણાવીએ છીએ કે નિત્ય રાત્રિએ સુતી વખત પથારી અથવા પલંગમાં સુતા સુતા સંકલ્પ કરવો કે

મારે અમુક વખતે ઉઠવું છે.

આ સંકલ્પ કર્યા પછી તેને આંતર મનમાં દૃઢાવવો. તેનાથી ધારેલી અસર જરૂર થશે. કદાચ સંકલ્પબળ દૃઢ થયું ન હશે તો એક બે દિવસ કંઈ હરકત પડશે. વખતનો ફેરફેર થશે પણ પછી મહાવરો પડતાં તે પ્રમાણે થઈ શકશેજ.

આ સામાન્ય બાબત પણ જેનાથી ન થઈ શકે તેવા માણસો માટે બહારનું સાધન પણ શોધાયું છે અને તે એલારામ કલોક અથવા ટાઇમપીસ છે. જેટલે વાગે ઉઠવું હોય તે ઉપર કાંટો મૂકી સુઇ રહેવું. બરાબર વખતે એલારામ વાગશે અને ઉઠી શકાશે.

પ્રાંતઃકાળે ઉઠયા પછી પ્રથમ શૌચ-દંતધાવન ઇત્યાદિ ક્રિયા કરવી. વિવિધ પ્રકારના ટુથ પાવડરો વાપરવા કરતાં કોલસો અને મીઠું વાટીને દાંત ઉપર ઘસવાથી તે સાફ રહે છે અને મજબુતાઈ વધે છે. આ સર્વ ક્રિયા કરી રહી પછી સ્નાન કરવું. સ્નાન હમેંશા ઠંડા જળથી કરવું. જેને પાસે નદી હોય તેણે નદીમાં સ્નાનાર્થે જવું. તેની અનુકૂળતા ન હોય તો કુવામાંથી કાઢેલું તરતનું જળ કે જેમાં કુદરતી રીતેજ હુંફાસ રહેલી હોય છે તેનાથી સ્નાન કરવું. ઠંડા જળથી સ્નાન કર્યાથી શરીરમાં સ્ફુર્તિ ઘણીજ વધે છે. જેને મહાવરો ન હોય તેણે ઉષ્ણ જળ લેવું. શરીરમાં કંઇ વ્યાધિ હોય અને ઠંડા જળથી સ્નાન કરવાથી શરીરને ટાઢ લાગે એવો સંભવ હોય તે સર્વ મનુષ્યોએ ઉષ્ણ જળજ વાપરવું.

રાત્રિ દિવસ જેને ઉષ્ણ જળથીજ નહાવાની ટેવ પડી ગઇ છે તેવા મનુષ્યોને જો એકદમ ઠંડા જળથી નહાવાનું કહેવામાં આવે તો તે તેનાથી બની શકતું નથી. તેણે તો જળની ઉષ્ણતાનું પ્રમાણ દિવસે દિવસે ઘટાડતા જઇ પછી ઠંડા ઉપર આવી જવું.

સ્નાન કરવાની પધ્ધતિ આપણામાં ઘણી વિચિત્ર છે. સ્નાન ગૃહ-(બાથ રૂમ) હમેંશા એકાંતમાં હોવું જોઇએ. જ્યાં ઘરના માણસોની હરફર થતી હોય ત્યાં સ્નાન ગૃહ રાખવાથી તે સ્નાન કરનાર મનુષ્ય ઉપરઉપરથી પોતાના શરીરને ધુવે છે પણ અંદરના ગુહ્ય ભાગોને શરમ અને મહાલાજાને લીધે બરાબર ધોઇ શકતો નથી. અને એ ભાગોની જોઇતી સ્વચ્છતા ન રાખ્યાથી દરાજ ખસ એવા ચામડીનાં દરદો સોમાં પંચાણુ મનુષ્યોને લાગુ પડે છે. આ સર્વથી બચવાનો એકજ રસ્તો છે. સ્નાન બરોબર વિધિપૂર્વક કરવું. બે લોટા માથે આમ ઢોળ્યા અને તેમ ઢોળ્યા તેનાથી સ્નાનનો હેતુ સચવાતો નથી. સ્નાનનો હેતુ શરીર શુધ્ધિનો છે અને તે બરાબર સચવાવો જોઇએ.

શરીરના દરેક ભાગો હમેંશા માટીથી સાફ કરવા. લક્ષમાં રાખવું કે એ માટી ગંદી અને ખરાબ કોઇ પણ પ્રકારના જંતુ વગરની ચોખ્ખી હોવી જોઇએ. શરીરની ચીકાસ દૂર કરવા સ્વચ્છ ચાળેલી રાખોડી પણ બહુ ઉપયોગી છે. મોટા શહેરોમાં જ્યાં માટી વીગેરેની અનુકૂળતા ન મળે તેણે સાબુ વાપરવો. પણ તે સારી જાતનો હોવો જોઇએ. હલકા ચરબીના ભેગવાળા બજારૂ સાબુ વાપરવાથી તો ઉલટું ચામડીને નુકસાન થાય છે.

સ્નાન કરતી વખતે ખાદીનો એક જાડો ખરબચડો કકડો રાખી શરીરના દરેક ભાગોને ધીમે ધીમે ઘસવા તેનાથી

ચામડીનાં છીદ્રો બરાબર ખુલ્લાં રહે છે. સ્નાન કરી રહ્યા પછી શરીરને ટુવાલથી ઘસીને કોરૂં પાડી નાંખવું.

જે વિધિ પૂર્વક સ્નાન કરે છે તેને ચામડીનાં કોઇ પણ દરદોની ફરીયાદ રહેતીજ નથી.

સ્નાન કરી રહ્યા પછી ધોએલાં સ્વચ્છ વસ્ત્ર ધારણ કરવાં. કેટલાક લોકો સ્નાન કરી પછી રોજે પહેરેલાં અબોટીયાં—પીતામ્બર મુગટા--કદ વગેરે પહેરે છે. તે ફાવે તેટલા મેલાં થયાં હોય છતાં રેશમી હોવાના કારણે પવિત્ર મનાય છે. જાણે કે રેશમને તો મેલજ ન લાગતો હોય. આ પ્રમાણે કરવાથી તો કોઇ મનુષ્ય સ્નાન કરી શુધ્ધ થયો હોય અને પછી બહાર જઇ ધૂળ પોતાના ઉપર નાંખે તેના જેવું હાસ્યારૂપદ થાય છે.

સ્નાન કરી હંમેશાં આગલે દિવસે ધોઈ રાખેલું વસ્ત્ર પહેરવું એ પવિત્રમાં પવિત્ર છે. તમારે તો સાધનમાં બેસવાનું હોવાથી પવિત્ર વસ્ત્રજ ધારણ કરવું જોઇએ. મેલાં કપડાં એ દરિદ્રતાની નીશાની છે. ભલે અનુકૂળતા ન હોય અને અને ફાટેલાં તેમ સાધેલા વસ્ત્ર પહેરવાં પડે તેની ચિંતા નહિ પણ તેના ઉપર મેલરૂપ દરિદ્રતા રહેવા ન દેશો. મેલાં કપડાં પહેરવાથી મારા શેઠ મારા ઉપર રાજી થશે મારી ગરીબાઇ જોઈ શકશે. એવું માનતા નહિ. એનાથી તો ઉલટું આ મનુષ્ય કેવો આળસુ છે જે પોતાના કપડાં પણ સાફ રાખતો નથી એમ કહેવાશે.

સાધનમાં બેસતાં તમારે જે વસ્ત્ર ધારણ કરવાનું છે તે સફેદ હોવું જોઇએ. એક વસ્ત્ર પહેરવું અને એક ઓઢવું. પહેરવાના તથા ઓઢવાના વસ્ત્ર કોર વિનાનાં તદન સાદાં હોય તો વધારે સારૂં. કદાચ કોર હોય તો તે કાળી તો નજ હોવી જોઇએ. અનુકૂળતા હોય તેમણે તો આ દેવ· સેવાનાં બે વસ્ત્રો તદન જુદાંજ રાખવાં. કાળો રંગ શોકજનક છે. અને દેવપૂજનના આનંદપ્રદ કાર્ય વખતે તે ન હોય તો વધારે સારૂં. શિયાળા વીગેરે ઠંડીના દિવસોમાં જ્યારે ટાઢ વિશેષ હોય ત્યારે ઓઢવાના શ્વેત વસ્ત્રની ઉપર સાલ કે કામળ ઓઢવી. ઉનાળાના દિવસોમાં મલમલનું બારીક વસ્ત્ર ઓઢવું. વસ્ત્ર ઓઢવાનું કારણ એ છે કે દેવસેવામાં બેસતાં સંયમ ધારણા ધ્યાન વીગેરે ક્રિયામાં મચ્છર માંખી વીગેરે આપણને ઉપદ્રવ ન કરે અને શાંતિ જળવાયલી રહે.

દેવપૂજા કરવાની જગ્યા ઘરના એકાંતભાગમાં રાખવી. બની શકે તેમણે ઘરમાંનો એકાદ રૂમ તે માટે રાખી લેવો. ઘરના માણસની વાતચિત કે પગરવનો ઘોંઘાટ ન હોય તેની સાવધાનતા રાખવી. મુંબઇ જેવા પ્રસિદ્ધ શહેરોમાં કે જ્યાં જગ્યાની પુષ્કળ મારામારી હોય છે ત્યાં દેવસેવાના વખતે તે ઓરડીમાં વસતા બીજા માણસે વાતચિતનો ઘોંઘાટ ઓછો કરવો. અને ધ્યાનમાં બેસનારને કોઇ પણ રીતે વિક્ષેપ કરનાર થઇ ન પડાય તેમ વર્તવું. એક બાજુ પર ધ્યાન ચાલતું હોય અને બીજી બાજુ છોકરાંઓનો

કકળાટ ચાલુ હોય અગર કચરો વળાતો હોય અગર દળાતું હોય તો તે ધ્યાનમાં બેસનારને મહા ત્રાસદાયક થઈ પડે છે. માટે આવી બાબતોમાં તે ઘરના અન્ય મોટાં માણસોએજ વિચારીને જેમ બને તેમ શાંતિ જાળવવી.

જે ખંડમાં સૂર્યના પ્રકાશનાં કીરણ આવતાં હોય ત્યાં અથવા અગાસીમાં બેસવું વધારે અનુકૂળ થઇ પડે છે તેથી પ્રભાતના સૌમ્ય સૂર્ય કિરણોનો આપણને અનાયાસ લાભ મળે છે. અને જીવન દીર્ઘ થાય છે.

આ સ્થાનમાં આવી પ્રથમ ત્યાં ધૂપ કરી ત્યાંના વાતાવરણને શુદ્ધ બનાવવું. ધ્યાનની સિદ્ધિને માટે બહારના સાધનો પણ સર્વોત્તમ કરવાની પ્રથમ જરૂર પડે છે. એક હવા ઉજાસ વિનાના દુર્ગંધ મારતાં ઓરડામાં શરૂઆતના અભ્યાસકને ધ્યાન કરવા બેસાડાય તો તેનાથી બેસી શકતું નથી. ધૂપ કરી રહ્યા પછી ત્યાં ઘીનો દીપક પ્રકટાવવો. હંમેશા દેવસેવાનાં વાસણો નિત્યના માંજેલા અને સર્વોત્તમ જોઇએ. સુવર્ણ, ચાંદી અને તાંબુ એ ત્રણ મૂળ ધાતુ છે બીજી બધી બનાવટથી થવા પામી છે. અનુકૂળતા હોય તેણે પૂંજાના ઉપયોગમાં લેવાતાં વાસણો સુવર્ણના કરાવવાં. તે જેનાથી બની ન શકે તેણે ચાંદીના વાસણ રાખવાં. અને તેના અભાવે તાંબાના વાસણ લેવાં.

પૂંજામાં જરૂર પડતાં વાસણો પંચપાત્ર, આચમની, લોટો, તરભાણું, દીવી, કોડીયું, ધૂપદાની વીગેરે.

આસન પૂર્વાભિમુખ રાખવું. અગર ઉત્તર તરફ બેસવું. પશ્ચિમ અને દક્ષિણ દિશા તરફ મુખ રાખીને બેસવાનું વર્જ્ય ગણાયું છે. બેસવાનું આસન સઉથી નીચે દર્ભનું અને પછી તે ઉપર બીજું કંઇ નરમ આસન પાથરવું. કે જેથી વધારે વખત બેસવામાં આવે તો પણ તપે નહિ. આ આસન ઉપર પદ્માસનવાળી સીધા ટટાર બેસવું. ત્રૈવર્ણિક પ્રજાએ પ્રથમ ભસ્મ ધારણ કરવી. પછી ત્રણ આચમન લેવાં. અને ૧૦ લોમવિલોમ પ્રાણાયામ કરવા.

પ્રાણાયામ

સંબંધી માહિતી.

લોમવિલોમ પ્રાણાયામનું સ્વરૂપ.

૧ પ્રથમ તો તમોએ જે શ્વાસ લીધો હોય તેને કાઢી નાંખો. ડાબા નસકોરાંથી શ્વાસને બહાર કાઢી ફેફસાં ખાલી કરવાં. કે જેથી પુરક પ્રાણાયામ કરતાં ફેફસાં ખાલી હોવાથી પુરેપુરાં ભરાઇ શકે.

જેમ કુશળ વૈદ્યો ઉત્તમ ઔષધ આપતાં પહેલાં શરીરમાં રહેલો કચરો સાફ કરવા રેચ આપે છે તેમ પ્રથમ શ્વાસને બહાર ખાલી કરવા રૂપ આ પણ એક પ્રકારનો રેચજ છે.

૨ ફેફસાં ખાલી કર્યા પછી એક ગાયત્રીમંત્ર બોલતાં જેટલો સમય જાય ત્યાં સુધી જમણા નસકોરાંથી શ્વાસને ઉંચે ખેંચવો.

આ પ્રાણાયામની ક્રિયાને પુરક પ્રાણાયામ કહેવામાં આવે છે.

૩ પુરક પ્રાણાયામ કરી રહ્યા પછી બે ગાયત્રીમંત્ર બોલતાં જેટલો સમય જાય તેટલો સમય ખેંચેલા શ્વાસને રોકી રાખવો.

આ ક્રિયાને કુંભક પ્રાણાયામ કહેવામાં આવે છે.

૪ રોકી રાખેલા શ્વાસને ત્રણ ગાયત્રીમંત્ર બોલતાં જેટલો સમય જાય ત્યાં પર્યંત એટલે તેટલા વખત સુધીમાં ડાબા નસકોરાંથી ધીમે ધીમે છોડી દેવો.

આ ક્રિયાને રેચક પ્રાણાયામ કહે છે.

આ પ્રમાણે કરી રહ્યા પછી ફરીથી ડાબા નસકોરાં વડે શ્વાસને ઉંચે ચઢાવવો. પૂર્વવત રોકવો. અને જમણાં નસકોરાથી મૂકવો. અને એમાં પણ વખત ઉપર જણાવ્યા મુજબજ લેવો.

જમણાથી શ્વાસ મૂકયા પછી પાછો જમણાથીજ શ્વાસને ઉંચે ચઢાવી રોકી ડાબા નસકોરાથી મૂકી દેવો.

આટલી ક્રિયા પૂર્ણ થાય એટલે એક લોમવિલોમ પ્રાણાયામ થયો ગણી શકાય છે. એટલે સરળ રીતે જણાવીએ

તો એકંદરે ત્રણ પ્રાણાયામ પ્રથમ જમણાથી શ્વાસ ઉંચે ચઢાવી ડાબા નસકોરાંથી મૂકવાનો બીજો ડાબાથી ચઢાવી જમણાથી મૂકવાનો અને ત્રીજો જમણાથી ચઢાવી ડાબાથી મૂકવાનો મળી થાય છે. જેમ ચંડીપાઠ વીગેરેમાં સંપુટ પાઠો કરવામાં આવે છે તેનું ફળ વિશેષ હોય છે તેમ આ પ્રાણાયામની ક્રિયા પણ વિશેષ ફળ આપનારી છે.

આ લોમવિલોમ પ્રાણાયામ દરરોજના ૧૦ કરવા (એકંદર ૩૦) તેનાથી નાડી શુદ્ધિ બરાબર થઈ શકી યોગમાર્ગમાં આગળ વધવાની અનુકૂળતા મળે છે. નાડીને શુદ્ધ કરવાની નેતી–ધોતી–બસ્તી વગેરે બીજી કેટલીક ક્રિયાઓ છે પણ તે આ સાધનક્રમથી નિરાળી હોવાથી તેનું જુદુંજ વિવેચન આગળ ઉપર કરીશું. અભ્યાસકોને હાલ તો આ આ સાધનક્રમમાં દર્શાવેલી ક્રિયાઓનેજ આચારમાં મૂકવાની જરૂર છે.

શરૂઆતમાં આ ૧૦ પ્રાણાયામ કરવા કઠણ થઈ પડે તો પોતાની શકિત મુજબ ઓછા કરવા. ખાસ એટલું સ્મરણમાં રાખવું કે અભ્યાસમાં એકદમ ઉતાવળ કરવી નહિ. પણ ધીમે ધીમે આગળ વધતા જવું.

પ્રિય સુખ સાધકો. લોમવિલોમ પ્રાણાયામનું સ્વરૂપ તમને સમજાયું હશેજ. ન સમજાયું હોય તો શાંત ચિત્તે ફરીથી તે વાંચી જોશો. ધ્યાન પૂર્વક વાંચવાથી તે બરાબર સમજમાં આવશેજ.

થોડી અલ્પ સૂચનાઓ ધ્યાનમાં રાખો.

૧ આસન ઉપર બેસી પ્રથમ જમણા નસકોરાંને એક આંગળીથી દાબી ડાબા નસકોરાંવડે જે કાંઇ શ્વાસ લેવાયો હોય તેને છોડી દઈ ફેફસાં ખાલી કરવાનાં છે.

૨ આ પ્રમાણે કરી રહ્યા પછી ડાબા નસકોરાંથી શ્વાસને ન લેતાં તેને એક આંગળીવડે દબાવી જમણાથી શ્વાસને ઉંચે ચઢાવો.

૩ શ્વાસ ઉંચે ચઢાવી બંને નસકોરાંને આંગળીથી દબાવી શ્વાસને રોકી રાખો.

૪ રોકી રાખેલા શ્વાસને જમણા નસકોરાંને આંગળીથી દબાવી ડાબા નસકોરાંથી મૂકી દો.

૫ હવે ડાબા નસકોરાંથીજ શ્વાસને પાછો ઉંચે ચઢાવો. રોકો અને જમણાથી પાછો મૂકો.

૬ જમણાથી મૂકયા પછી પાછો જમણાથીજ શ્વાસ ઉંચે ચઢાવી રોકી ડાબાથી મૂકવો.

લોમવિલોમ પ્રાણાયામનું આ સાદામાં સાદું સ્વરૂપ છે.

પ્રાણાયામમાં કદીજ ઉતાવળ કરવી નહિ. ચિત્તની વ્યગ્રતા હોય-ખુબ ભૂખ લાગી હોય-ક્રોધ પ્રકટયો હોય તો એવા સમયમાં પ્રાણાયામ લાભ આપનાર થતો નથી.

પ્રાણાયામ કરતાં પહેલાં એટલું પ્રત્યેક અભ્યાસકે સ્મરણમાં રાખવું કે શ્વાસને ઉંચે ચઢાવવાની ક્રિયા ડાબા નસકોરાથી લીધેલા શ્વાસને ખાલી કર્યા પછીજ કરવી.

આહાર વિહારમાં જોઇતો નીયમ ન રાખવાથી અને રાજસ તામસ આહારના સેવનથી શરીરમાં જીવનહર કચરો એકઠો થયા કરે છે. તેથી પ્રાણાયામના અભ્યાસીએ તેમાં સંપૂર્ણ નિયમિતતા તેમ સાવધાનતા રાખવી.

જીભના સ્વાદને લઇને આજે કંઇ કેટલા મનુષ્યો રોગના ભોગ થઈ પડી મૃત્યુને પામે છે. યોગ માર્ગમાં આગળ વધવાની ઇચ્છાવાળાએ તો પોતાને માફક સર શુદ્ધ સાત્વિક ખોરાક ખાવાનો અભ્યાસ રાખવો. અન્નને બદલે દુધ અથવા ફળાહાર લેવાનું રખાય તોપણ હરકત નથી. પણ આ ફળાહાર પણ હદ કરતાં વધુ હોવો ન જોઇએ. અકાંતરીયા થઇ ખાનાર મનુષ્ય કદીજ ઉન્નતિપદમાં આવી શકતો નથી.

તમારે પહેલી પરીક્ષા તમારી પોતાની કરવાની છે. તમારી સ્વાન્દેંદ્રિયને–જીભને કેટલી સંયમમાં રાખી શકયા તે વિચાર કરો. ગરમા ગરમ ભજીયાં, પાંતરાં અથવા સેવ ગાંઠીયા જોઇ તમારા મોંમા પાણી છુટતું હોય તો નક્કી જાણજો કે હજી તમે જીભ ઉપર સંયમ રાખી શકયા નથી. ખારા, ખાટા, તીખા એવા રસોનો મોહ છોડી દો. પૂર્ણ આરોગ્યયુક્ત સો વર્ષ કરતાં પણ અધિક જીવવું હોય તો મસાલા અને મરચાંવાળા પદાર્થોનો ત્યાગ કરો. તે તમને બહુ લાભકારી થશે. તમારો મોહ એ વિષય ઉપરથી ન છુટતો હોય તો જાણજોકે તમે મૃત્યુ અભિમુખ છો.

શરૂઆતમાં તમને મરચાં વગર ચાલતુંજ ન હોય તો મરચાંને બદલે ધોળા મરીના ભુકાનો ઉપયોગ કરો. પણ તામસમૂર્તિ મરચાં ખાવાં અને યોગમાર્ગમાં આગળ વધવું એ કદી બની શકે તેમ નથી.

એકલા દૂધનો અભ્યાસ રાખો. પણ જેને દિવસે સખત મહેનત કરવાની છે તેવા માણસો જોઈતા પ્રમાણમાં દૂધથી પોષણ મેળવી શકતા નથી. તેમ તેને ભુખનું ભાન પણ જણાય છે. આવા માણસો ભલે ઘઉં, ચોખા ઈત્યાદિ પદાર્થો ખાય. તેમના શરીરની પુષ્ટિને અર્થે તેમને ખોરાકની જરૂર પડે છે જ.

યોગમાર્ગનો અભ્યાસી મનુષ્ય પછી તે પારસી કે મુસલમાન પણ હોય છતાં તે વનસ્પતિ આહાર કરનાર હોવો જોઇએ. માંસાહાર કરનાર અથવા દારૂ તાડીનું વ્યસન કરનાર માણસ તો યોગમાર્ગના દરવાજા આગળ આવવા પણ શક્તિમાન નથી.

પ્રાણાયામની ક્રિયા કરતાં કેટલાક માણસને કફને લીધે પોતાનું નાક બંધી થઈ જાય છે અને તેથી તે ક્રિયા તેમનાથી બરોબર થઇ શકતી નથી. આ મનુષ્યો પોતાના આહારને ફેરવે અને શુદ્ધ સાત્વિક ખોરાકજ ખાય તો કફની ફરીયાદ તરતજ દૂર થાય છે. શરૂઆતના ઉપાય તરીકે નાક વાટે થોડું જળ સુંઘવાનો અભ્યાસ રાખવો. હથેળીમાં જળ લઇ પછી જેમ તપખીર સુંઘતા હોઇએ તેમ બંધુ આખું

ગએલા નાક તરફથી એક સડાકો મારવો. જળને લીધે કફ છૂટો પડી જશે. જળને બદલે ગાયનું ઘી સુંઘવાથી પણ ઘણો ફાયદો થાય છે. ગાયના ઘીને ગરમ કરી પછી પાણીની માફક સુંઘવું. આ ક્રિયા કરવાથી બંને નસકોરાં સાફ થઇ જશે. અને પ્રાણાયામની ક્રિયા કરવામાં અડચણ આવશે નહિ.

લોમવિલોમ પ્રાણાયામની ક્રિયા કેટલો વખત કરવી તેના વખતનો નિર્ણય કરવાનો હવે બાકી રહ્યો છે. પૂર્વે જણાવ્યું તેમ ૧૦ પ્રાણાયામ તો રોજ કરવાજ. તેનાથી અધિક થાય તો પણ અડચણ નથી. અનુકૂળતા હોય તો અડધો કલાક આ ક્રિયા કરવી. પણ ક્રિયા કરતાં શરીરને કંઈ કષ્ટ જણાય અગર તો નબળાઇને લીધે છાતીમાં દુઃખાવો થઇ આવે તો તરતજ તેને અટકાવી દેવી જોઇએ.

એટલું તો હંમેશા સ્મરણમાં રાખવું કે શ્વાસને ઉંચે ચઢાવવામાં બે સેંકડનો વખત લીધો હોય તો ત્રણ સેંકડ રોકી રાખવો, અને ચાર સેંકડ તેને છોડવામાં લેવી. આ એક સર્વ સામાન્ય નિયમ છે. અભ્યાસકો પોતાના અભ્યાસના પ્રમાણમાં તેમાં વધઘટ કરી શકે છે. શ્વાસને રોકતાં જે સમય જાય તેનાથી વધારે શ્વાસ મૂકવામાં લેવો આ પ્રમાણે લખવાનું તેમ બોલવાનું સરળ છે પણ તેનો અનુભવ લેતાં મુશ્કેલી નડે છે. ઘણા ખરા પ્રસંગોમાં રોકી રાખેલો શ્વાસ તરત એકદમ મૂકાઇ જાય છે. અભ્યાસકે તેમ થાય તો બિલકુલ ગભરાવું નહિ. સર્વનો અનુભવ આવોજ હોય

છે. શ્વાસ એકદમ મૂકી દેવામાં પણ કારણ હોય છે. અને તેનેજ પ્રથમ દૂર કરવું જોઇએ. ઘણે પ્રસંગે એમ બનતું જોવામાં આવે છે કે અભ્યાસકો શ્વાસને તેમની શક્તિ હોય છે તેના કરતાં પણ વધારે વખત રોકે છે. અને આ પ્રમાણે વધુ વખત શ્વાસ રોકાયલો રહેવાથી ગુંગળાયલા જેવી સ્થિતિ જણાવવા માંડે છે. એટલે તરત તેઓ છોડી દે છે. આ પ્રમાણે કદી ન થવું જોઇએ. તે સાથે પ્રાણાયામના વિષયમાં હરીફાઇ કામની નથી. તમારો મિત્ર પાંચ મીનીટ શ્વાસને રોકી શકતો હોય તો તેનું જોઈ તમે પણ તેમ કરવા જાઓ તો નુકસાન થઇ જાય છે.

ખાસ લક્ષમાં રાખશો કે શ્વાસ રોકવામાં આપણે જે સમય લીધો છે તેનાથી કંઈક વધારે તેને મૂકવામાં લેવાનો છે. આ બાબત ઉપર ઉપેક્ષા બિલકુલ કરવાની નથી.

હવે શ્વાસ એકદમ મૂકાઇ ન જાય તેને માટે બીજી એક બાહ્ય સૂચના કરવાની જરૂર છે. શ્વાસને મૂકતી વખત જે નસકોરાંથી આપણે શ્વાસ મૂકતા હોઇએ ત્યાં આગળ આંગળી રાખી તેના દબાણથી શ્વાસને ધીમે ધીમે મૂકવાનો પ્રયત્ન કરવો.

જેના શરીર નિર્બળ છે એવા માણસોથી આ લોમ-વિલોમ પ્રાણાયામની ક્રિયા બરાબર થઈ શકતી નથી. અને તે કરવા જાય છે તો શરીરમાં દુખાવો થઇ આવે છે. તેવાં

મનુષ્યોએ સરૂઆતમાં દીર્ઘશ્વાસના સેવનથી પોતાનાં ફેફસાં મજબુત કરવાં.

આપણે જે શ્વાસ લઇએ છીએ તેમાં અને દીર્ઘશ્વાસમાં ફેર હોય છે. દીર્ઘશ્વાસથી આપણાં ફેફસાં પુરેપુરાં ભરાય છે. હમેશાં સવારમાં ઉઠો ત્યારે બારી પાસે અથવા ખુલ્લી હવાવાળા ચોગાનમાં જઇ દીર્ઘશ્વાસ લેવાની ટેવ પાડો. ઉપર ઉપરના ફક્ત છાતી સુધીનાજ શ્વાસ ન લો પણ પેટનો ભાગ પણ બરાબર ફુલે અને સંકોચાય તેમ કરો. આ સાદી દીર્ઘશ્વાસની ક્રિયાથી પણ તમને ઘણો લાભ પ્રાપ્ત થશે

પ્રાણાયામની અથવા દીર્ઘશ્વાસની જે કાંઇ ક્રિયા કરો તેમાં નાક દ્વારાજ શ્વાસ લેવા મૂકવાનું રાખશો. મુખદ્વારા શ્વાસ કદી લેશો નહિ તેમ મૂકશો પણ નહિ. પરમેશ્વરે નસકોરાંની રચના શ્વાસ લેવાને માટેજ કરી છે. નાકમાં રહેલા કુદરતી વાળને તમારી બુદ્ધિનો ઉપયોગ કરી કપાવી નાંખશો નહિ. એ તો એક નાકની ગરણી સમાન છે. હવામાં ઉડતી ધૂળ જીવજંતુ વીગેરેનું એનાથી રક્ષણ થઇ શકે છે. અને હવા ચોખ્ખી થઇનેજ જાય છે. લોમ વિલોમ પ્રાણાયામ કરી રહ્યા પછી ત્રૈવર્ણિક પ્રજાએ બાકી રહેલી સંધ્યા સૂર્યોપાસના વીગેરે ક્રિયા કરવી અને અન્ય વર્ણની પ્રજાએ પોતપોતાના ધર્મની ક્રિયા કરવી.

હવે તમારે એક મહાન ક્રિયામાં બેસવાનું છે. તમે જે વસ્તુ મેળવવા ધારો છો તે હસ્તમલકાવત પ્રાપ્ત કરાવી

આપનાર આ એક દૈવી ક્રિયા છે. ઉપાસના માત્રનું રહસ્ય છે. સાધનોની સિધ્ધિ છે તે ક્રિયા તે અન્ય કંઇ નથી પણ. સંયમની ક્રિયા છે.

આ ક્રિયાના બળ વડે તમે ચાહ્ય તે કરી શકશો. મનુષ્યને ઇપ્સિત વસ્તુ આપનારી અને ગંતવ્ય સ્થાને લઇ જનારી આ એક પવન પાવડી છે. વળી તમને જાણીને હર્ષ થશે કે તે તમારા ઘર બેઠાંજ કરી શકો તેમ છો.

લોમવિલોમ પ્રાણાયામની ક્રિયા કરી તમારા શરીરમાં પ્રાણતત્વના બળને ભરી તમે હવે પરવાર્યા છો. ખરેખરી શાંતિ હવે તમારે જાળવવાની છે. પરમ શાંત બનો. અને દુનિયાભરના વિચારમાત્રને ભૂલી જાઓ. તમારે દુનિયાને કંઇજ લેવા દેવા નથી એમ ઘડીભર માનો. બહારના વિચારો આવે તો તેના ઉપર ધ્યાન આપશો નહિ. વગર બોલે આવેલા વિચારો પણ એની મેળે ચાલ્યા જશે.

જ્યાં સુધી ધ્યાનમાં બરાબર એકાગ્રતા ઝામી નથી ત્યાં સુધી શાંતિ જાળવવાની તમારે ઘણી જરૂર છે. ઘરના માણસોએ પણ મહેરબાની રાહે આ વખત ખડખડાટ અગર વાતચિતનો ઘોંઘાટ ન કરી શાંતિ જાળવવી. ધ્યાનની કળા સિદ્ધ થઇ તેમાં એકાગ્રતા ઝામ્યા પછી તો તે ધ્યાનસ્થ મનુષ્ય આગળ નગારાં વાગે છે તો તેની પણ તેને ખબર પડતી નથી.

એક અંગ્રેજ વિદ્વાને કહ્યું છે કે–Be Stell and Know that I am God. અક્રિય થાઓ અને તમે પોતેજ પરમાત્મા છો એમ સ્વાનુભવથી જાણો.

સાધનમાત્રનું રહસ્ય આમાં સમાયલું છે.

પૂર્વાભિમુખ થઇને બેસો. શરીર વાંકું વળી ગએલું ન રાખતાં સીધું ટટાર રાખજો. પણ તે સાથે એટલું સ્મરણમાં રાખજોકે સીધું શરીર રાખવા જતાં શરીરની તંગ હાલત થઈ ન જાય. શરીરના એકે એક અવયવને તમારે ઢીલા રાખવાના છે.

આ પ્રમાણે બેઠા પછી જેમ બને તેમ શાંતિ જાળવો. તમારા શરીરને જરાપણ હાલવા દેશો નહિ જાણે સ્થિર પુતળું બેસાડયું હોય તે પ્રમાણે સ્થિર થજો. નેત્રો થોડો સમય ખુલ્લાં રાખજો. તમારે ત્રાટકની ક્રિયા કરવાની છે. તમારી સામે પ્રણવની ૐ છબી રાખજો.શબ્દમાત્રનું મૂળ ૐ છે. અને તે પરમાત્મ વાચક છે. આ પ્રણવની ઉપર સ્થિર ચિત્તે જોઇ રહેજો. તમારી શ્રદ્ધા પ્રણવ કરતાં પણ તમારા જે ઇષ્ટદેવની પ્રતિમા હોય તેના ઉપર વધારે હોય તો હું તમારી શ્રદ્ધા તોડવા માંગતો નથી. ભલે તમારા ઇષ્ટની પ્રતિમા સામે જોઇ રહેજો. આંખનો પલકારો સરખો મારશો નહિ.

થોડો સમય નેત્ર મીંચવા અને હૃદયમાં પણ તેજ મૂર્તિ જોવી. પાછી આંખ ઉઘડાવી અને મૂર્તિ સામે જોઇ

રહેવું. આ પ્રમાણે પાંચ મીનીટથી અભ્યાસ વધારતા જઈ અડધા કલાક સુધીનો કરવો.

ત્રાટકની ક્રિયા કરી રહયા પછી પૂર્ણ શાંત મનવાળા એવા તમે નેત્ર મિંચીને તમારા હૃદયમાં ઉંડા ઉતરો. શરીરની હલનચલન ક્રિયા કંપ હાથને હલાવવો એ સર્વ તમારે છોડી દેવાનું છે. અને તદ્દન શાંત બનો. અને જે પ્રણવમૂર્તિને બહાર જોતા હતા તેને હૃદયકમળમાં જુઓ.

આ ક્રિયા કરવા જતાં વિચારોની પરંપરા આવે છે. જે વિચાર તરફ તમારૂં બિલકુલ લક્ષ પણ નહોતું તે ગમે ત્યાંથી આવીને ઉભા રહે છે. આ સર્વ વિચારો ઉપર તમારે લક્ષ આપવાનું નથી અને મનને હૃદયમાં જોડી રાખવાનું છે. મન બીજી બાબતમાં જોડાયલું રહે છે ત્યારે બીજા વિચારો બહુધા આવતા નથી.

વિચારોને આવતા અટકાવાનું બીજું સાધન ઇષ્ટમંત્રના વૈખરી જપ છે. તમારો જે ઇષ્ટમંત્ર હોય તેને મુખથી બોલતા જાઓ. અને માળા ફેરવતા જાઓ. તેમ કરવાથી મનના દુષિત ભાવો ટળી જશે. વિચારોની પરંપરા વધારે આવે ત્યારે ઇષ્ટમંત્રની ધૂન ઘણીજ ઉપયોગી થઇ પડે છે.

હરિ ૐ હરિ ૐ હરિ હરિ હરિ ૐ

આ કે બીજી આવીજ એકાદ ધૂન મચાવવી. તેથી મન શાંત થઈ જશે ઉંડા ઉતરો. શાંતિપૂર્વક હૃદયમાં ઉંડા ઉતરો. જરાપણ અશાંત થશો નહિ કેમકે તમારે જે બળ મેળવવાનું

છે. તે શાંતિમાંથીજ છે. શરીરને પણ તદ્દન અક્રિય કરો. બગાસું સરખું પણ ખાસો નહિ કે ઉધરસ ખાવી નહિ. શાંતિની ક્રિયા વખતે બગાસાં આવે. ઉધરસ આવે. છીંક આવે તો જાણવું કે હજી આપણે અક્રિય થયા નથી. અને તેમાં આપણું ભૈાતિક શરીર અંતરાય કરે છે. અને તેથીજ શરીર શુદ્ધિની અગત્યતા મનાઇ છે. જ્યાં સુધી શરીર શુદ્ધ નથી થયું હોતું ત્યા સુધી આવા આવા અંતરાયો આવીજ પડે છે. પૂર્વે જણાવ્યું તેમ ખોરાક લેવાની પદ્ધતિમાં ફેરફાર કરવાથી અને જરૂર જેટલોજ સાત્વિક આહાર લેવાથી આવી ઉપાધિઓ આવી પડતી નથી.

શાંત બનો, હજીપણ શાંત બનો. જુઓ તમારૂં હૃદય ઉજ્વાત કેવું દીપી રહ્યું છે. ત્યાં એક સહસ્ત્રદલ પદ્મ છે. હજાર પાંખડીઓવડે શોભી રહેલા એ કમળપુષ્પની મધ્યમાં પેલું શું જણાય છે અરે એ તો જેને તમે બહાર જોતા હતા તેજ છે અથવા તમારા ઇષ્ટની મૂર્તિ છે. કેવું અદ્ભુત સુંદર દૃષ્ય. જોતાં તૃપ્તિ પણ થાય છે ખરી? કંઇ કંઇ ચમત્કારિક દૃષ્યો અહિં તમારા જોવામાં આવશે

आत्मा वा रे द्रष्टव्य श्रोतव्य निदिध्यासितव्य.

આત્મા એજ જોવા યોગ્ય પ્રાપ્ત કરવા યોગ્ય અને ધ્યાન કરવા યોગ્ય છે.

જગતમાં ખરેખરો સાર તો એજ છે. મનુષ્ય જન્મની સાર્થકતા ત્યારેજ થઇ શકે છે. આવાગમનનો ફેરો તેનાથી ટળે છે.

જુઓ શાંત થઇને જુઓ. હવે તો કમળને બદલે એક સમુદ્રનું દૃષ્ય થઇ જાય છે. જ્યાં જુઓ ત્યાં પાણીના મોજાં આવે છે. જેની દીશાનો પાર કે અંત જણાતો નથી એવા સમુદ્રની મધ્યમાં તમે આવી પડયા છો. સમુદ્ર જોઇ ગભરાશો નહિ. એ ખારા જળનો સમુદ્ર નથી પણ ક્ષીર સાગર છે. શ્વેત જીવનવર્ધક દૂધથી ભરેલો એ સમુદ્ર તમને ડુબાડશે નહિ પણ જીવન આપશે.

ક્ષીર સાગરમાં પડેલા તમને બીજું કંઇ જણાતુંજ નથી કેમ? ધીરા રહો. ખરૂં જોવાનું તો અહીંજ મળશે. જુઓ! જુઓ! તમારૂં કમળ તો અહીં પણ આવેલું જણાય છે. ૐ શબ્દ પણ જેવોને તેવોજ છે. સ્થિર ચિત્તે જુઓ. જીવભાવનાને વિસારીને જુઓ.

ૐ શબ્દમાં પરિવર્તનતા થાય છે. સાક્ષાત વિષ્ણુ ભગવાન શેષનાગ ઉપર પોઢેલા, લક્ષ્મીજી તેનાં ચરણકમળ તળાસેછે તેમનાં ૐમાં દર્શન થાય છે.

જગતની ઉત્પત્તિ સ્થિતિ અને લય એ ૐ શબ્દમાં આવી પ્રિય છે. પરમાત્માના સ્વરૂપનું એ પ્રતિક છે. જુઓ જુઓ પણ ૐની નીચે પેલા સુવર્ણ સમાન તેજસ્વી અક્ષરો શેનાં જણાય છે.

तत्वमसि.

તે તું છે. આનો શું અર્થ. શું પ્રણવ પરમાત્માનું સ્વરૂપ તે આપણે છીએ. વાક્ય ખોટું તો ન હોય. ત્યારે પ્રણવ સ્વરૂપ આપણે છીએ. હા, પ્રિયબંધુઓ. તમે સર્વ પ્રણવ સ્વરૂપજ છો. તમો સર્વ પરમાત્માના અંશાવતાર છો. તમારામાં અને પરમાત્મામાં કાંઇજ જુદાઇ નથી. જે પરમાત્મામાં છે તે તમારામાં છે. તમારો ચૈતન્ય આત્મા પરમાત્માજ છે.

જરા પણ આશ્ચર્યચકિત થશો નહિ. હું તમને આ વાત ઠંડા પહોરની ગપ કહેતો નથી. તમારામાં રહેલા એ આત્મારૂપ પરમાત્માના અંશને તમે એટલો તો બહારના મલિન સંસ્કારોથી ઢાંકી દીધો છે કે તમે તેના અદ્ભુત સામર્થ્યને જાણી શકતા નથી. દીપકની ઉપર કાળું આવરણ ઢાંકી તમે દીપકને જોવા ઇચ્છો તો તમને તે જણાશે ખરો કે ? આજ પ્રમાણે તમારી સ્થિતિ થઇ છે. આવરણને દૂર કરવાથી જેમ દીપક જણાશે તેમ માયાના આવરણને દૂર કરવાથી ચૈતન્ય આત્મા ઝગઝગશે.

મારો આત્મા પરમાત્મા સ્વરૂપ છે, આ પ્રકારના સુંદર દૃશ્યોને જોતાં તેમાં તન્મય થઇ રહો. વિચારમાત્રનો ત્યાગ કરી આ આત્મતત્વમાં એક થાઓ. સમયના ભાનને ભૂલો.

જેમ અધિક તેમાં તન્મય થતા જશો તેમ તમને લાભજ છે. જીવપણામાંથી શિવપણામાં આવવાનો આજ સરળ માર્ગ છે.

આ ક્રિયા કરતી વખત ખાસ એટલું સ્મરણમાં રાખજો કે તે નિષ્કામભાવે ફળની કંઇપણ ઇચ્છા રાખ્યા વિના કરવાની છે. તમારા અંતઃકરણની સર્વ ઇચ્છાઓને પૂર્ણ કરવાનો એકજ સાચો માર્ગ છે કે તમારે નિષ્કામી થવું. તમારા અંતર્યામી તમારા અંતઃકરણની ઇચ્છા જાણે છે જ. એટલે તે તો સ્વતઃજ પૂર્ણ કરશે. શ્રીદામાની દરિદ્રતા તે ન જાણે તેમ પ્રભુએ દૂર કરી હતી. તેમ તમારી ઇચ્છેલી વસ્તુ પણ તમે ન જાણી શકો તેમ એજ પ્રભુ આપશે.

આ સંયમની મહાન ક્રિયામાં જેમ જેમ પ્રીતિ ઉત્પન્ન થતી જાય છે. અને રસવૃત્તિ પૂર્વક ઉત્સાહથી નિત્ય સધાતી જાય છે. તેમ તેમ શારિરીક, માનસિક, અને આધ્યાત્મિક ઉન્નતિના દ્વાર આપોઆપ ખુલ્લાં થએલાં જણાવા લાગે છે. મારા ભક્તનું હું **યોગ ક્ષેમ વહામ્યહમ** એ ભગવત વચનની પ્રતિતી આપણને થાય છે. પ્રતિકૂળ પ્રારબ્ધ અનુકૂળ રૂપમાં ફેરવાઈ જાય છે. સ્પર્શમણિ લોહને અડકતાં તેનું સુવર્ણના રૂપમાં રૂપાંતર કરી નાંખે છે તેમ આ સંયમની ક્રિયા અંતર્યામીથી સંલગ્ન થનાર મનુષ્ય પોતાના સ્વત્વના આંદોલનોથી વિજયનેજ અનુભવે છે. તે જે કાર્ય સિદ્ધ કરવા

માંગે છે તેમાં ભલેને અન્યને ડગલે અને પગલે નિષ્ફળતા જણાતી હોય પણ તે તો કાર્ય સિદ્ધિનેજ અનુભવે છે.

સંયમનું સામર્થ્ય ન્યૂન ન ધારશો. આ સામર્થ્યના બળે તમે ગગનવિહારી થઇ શકશો. જે છે તે સંયમમાંજ છે. અંતઃકરણની બહાર ભટકતી વૃત્તિઓને પાછી વાળી સ્વસ્વરૂપમાં જોડો. તેનાથી અભેદ થાઓ અને પછી તમારે સુખને માટે બહાર ફાંફા નહિ મારવાં પડે.

શાંત થવાની ક્રિયા કેટલો વખત કરવી તેનો નિયમ નથી. તેમાં જેમ અધિક બેસાય તેમ વધારે સારૂં. શરૂઆતના અભ્યાસકોએ તો અડધો કલાક અથવા એક કલાક આ ક્રિયામાં ગાળવોજ જોઇએ. પછીથી તો અભ્યાસમાં રસ ઉત્પન્ન થતાં બે કલાક કે ત્રણ કલાક આ ભાવનામાં ચાલ્યા જાય છે તો પણ તેની ખબર રહેતી નથી. આ સ્થિતિમાં કાળનું ભાન ભૂલાય છે. આ નિશ્ચલ અવસ્થાની સ્થિતિને કેટલાક સમાધિની સ્થિતિ પણ કહે છે.

અનુભવમાં આગળ વધવા ઇચ્છનાર શુભેચ્છકોને આ સ્થિતિની સિદ્ધિ સત્વર થાઓ એવી શુભ ભાવના પૂર્વક વિરમીએ છીએ.

(૭)

અમે શું કરીએ? તમારા સાધનો સર્વ અમે જાણ્યાં.

તે સારાં છે. અનુભવમાં મૂક્યાએ તો સુખ આપે એવાં છે પણ તે સાધવાને અમને નવરાશ મળતી નથી. આજ તો વખત એજ પૈસા છે. આ અર્થશાસ્ત્રના જમાનામાં અમે અમારો વખત બચાવી શકતા નથી. અમે તમારા સાધનો સાધવાને બેસી રહીએ તો પછી અમને અમારાં વ્યવહારનાં કાર્યો કરવાનો વખત નજ મળે. અને તે ન થાય તો પછી ખાઈએ શું? આજે તો 'પેટોબા'ની પૂંજા સર્વથી પહેલી છે. અને વળી અમારે આશ્રયે રહેલાં સંબંધીઓનું પણ શું થાય. આજ પ્રકારના વિચારો સેવી મનુષ્ય આધ્યાત્મિક સાધનો સાધતાં અટકે છે. મનુષ્યનું જીવનજ વ્યવહાર મય થઈ ગયું છે. દશા કેવી થાય છે તે આપણે નીચેનાં દૃષ્ટાંતથી જોઈશું.

એક સાધન સંપન્ન મનુષ્ય હતો. તેણે એક મહાલય બાંધવા વિચાર કર્યો. પણ ભણેલો ભૂલે એ ન્યાયે પાયો મજબુત ન કર્યો અને માળ ઉપર માળ બંધાવ્યા. મકાન બંધાઇ પૂર્ણ થયું અને વૈશાખ માસના દિવસો આવ્યા. સખત પવનના ઝપાટા મકાનને લાગવા માંડયા અને કડાકો પડયો. તરતજ એ ભવ્ય મકાન જમીનદોસ્ત થયું.

આજ પ્રમાણે આપણી આધુનિક પ્રવૃત્તિઓ સંબંધમાં છે. જ્યાં સુધી આંતરવ્યવસ્થા મજબુત થઇ નથી ત્યાં સુધી સર્વ વ્યવસ્થા ઉપરછલી ધૂળપર લીંપણ જેવી છે.

મનુષ્યજીવન જોઇશું તો તેમને વખત નથી મળતો એ તો તેમનું સાધન ન સાધવાનું બહાનું છે. એવો કેટલોએ સમય જતો રહે છે. કે જો તેને બચાવે તો તે અમૂલ્ય સાધન સાધી શકે. મનુષ્યને સાધન સાધવા અને તે પણ પોતાનાજ ઉધ્ધાર માટે સાધવાની નવરાશ નથી. શું આશ્ચર્યની વાત ! પોતાના સ્નેહી ગણાતાં મિત્રોની સાથે કલાકોના કલાકો વાતો કરવાનો વખત મળે છે. બહાર ફરવા જવાનો વખત મળે છે. સ્ત્રી પુત્રની સાથે બેસી વિનોદ કરવાનો વખત મળે છે. માલ વિનાના ગાભા ચુંથવા વખત મળે છે. પણ આત્મસ્વરૂપનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા અને જે પ્રાપ્ત કરવાથી સઘળુંજ પ્રાપ્ત થાય છે તેનો વખત મળતો નથી. પ્રિય બંધુઓ તમારા જીવનની ડાયરી આજથીજ રાખો અને પછી જુઓ કે તેમાં કેટલો બધો વખત નકામો ચાલ્યો જાય છે. તમે શું તેનો બચાવ કરી તમારાજ શ્રેયમાં તેનો ઉપયોગ ન કરી શકો.

તમે જીવન ગાળવાની પદ્ધતિજ અનિયમિત પાડેલી હોવાથી આ પ્રમાણે થાય છે. નિયમિત થાઓ. અને સઘળાજ તમારા પ્રતિ નિયમથી વર્તશે. અલબત તેને માટે તમને શરૂઆતમાં કેટલીક અડચણ તો પડશેજ. કોઇને

ખોટું પણ લાગશેજ. પણ પછીથી તમારા નિયમિત વર્તનને તે જાણશે ત્યારે તેજ મનુષ્ય તમારી પ્રસંશા કરશે.

મનુષ્ય સાધન સાધવામાં પોતાના સમયને કેમ ન બચાવી શકે ? આના સંબંધમાં શ્રીમદ્ ઉપેન્દ્રાચાર્યજી ભગવાન પોતાના એક મનોહર પદમાં કહે છે કે

પદ.

સાધજે, સાધજે. તું જ્ઞાન સાધન સાધજે.
તું યોગ સાધન સાધજે,
તું ભક્તિ સાધન સાધજે.
આ દુઃખ આ દુઃખ એમ કહી શીદ સદા અકળાય,
દુઃખ માત્ર ટળવા તણો, સાધન એક ઉપાય.
તેને સતત્ આરાધજે,
તું રમ્ય સાધન સાધજે, તું કષ્ટ સાધન સાધજે;
મન ચંચળ વૃત્તિ વિમુખ, અંતરમાં અજ્ઞાન,
એવી બુમો પાડી કાં, વ્યર્થ કરે કકળાણ.
ઝટ હણે જીવનિપાત[1] જે
એવાં તું સાધન સાધજે, તું ધ્યાન સાધન સાધજે;
સમય ન મળતો સાધવા, સાધન એમ ન બોલ,
ઘટિકા નિંદ્રા ત્યાગીને, સાધનમાં તું ડોલ.
વિશ્વે પરમ આરાધ્યજે.
તે પ્રાપ્ત કરવા વાધજે, તું શુદ્ધ સાધન સાધજે;

1 મનુષ્યનું અધઃપતન ભ્રષ્ટ થવું.

નાટક સીનેમા મહિં ગાળીશ નહિ તું રાત,
કાથા કબ્બલાની મહીં કે પારકી પંચાત.
માહીં સમય ના ગાળજે,
તેમાં તું સાધન સાધજે, દઢતર તું સાધન સાધજે;
ચાર મળી ઉજાણીના ગોઠવ ના પ્રોગ્રામ,
વ્યર્થ સભા કલબ, જ્ઞાતિમાં જાવાનું શું કામ.
તું સંગને પરિત્યાગજે,
તે સમયમાં તું સાધજે, અધ્યાત્મ સાધન સાધજે;
વાળ ઓળવામાં, નહિ, ગાળીશ સમય અપાર,
તેવી ક્ષણો બચાવીને, સ્મરજે પ્રાણાધાર,
ઝાઝાં ન બાલ રમાડજે,
એમ સમયને તું બચાવજે, તેમાં તું સાધન સાધજે;
પ્રભુને જો હોય પામવા, સજી સર્વ વ્યવહાર,
સાધન સાધ અધિક સમય, વધારવા અધિકાર,
એકાંત દેશે તું જજે,
એકાગ્ર થઈ ત્યાં સાધજે, ઉપદિષ્ટ સાધન સાધજે;
સાધન વિણ સિદ્ધિ નથી, એ નિશ્ચય તું જાણ,
ઉજ્જવલ સાધન સાધજે, જો ઇચ્છે કલ્યાણ,
બીજું બધું પરિત્યાગજે,
પ્રભુ માંહિ તું અનુરાગજે, પ્રભુ સ્મરણ સાધન સાધજે;–

તમારી ખાત્રી આ પદ્યના વાંચન પછી થઇ તો હશેજ કે સાધન સાધવાનો સમય તમે ધારો તો ઘણોજ મેળવી શકો તેમ છો.

૮

તમારી મહત્તા હાથે કરીને તમે ઘટાડશો નહિ.

કેટલાક માણસને વ્યવહારમાં એવી ટેવ હોય છે કે તે સર્વના સેવક તરીકે દીન બનીને વર્તે છે. આ પ્રમાણે કદી થવું ન જોઇએ. નિરાભિમાનપણું એ જુદી વસ્તુ છે અને હૃદયની દીનતા એક જુદી વસ્તુ છે. દીનના અને ક્ષુલ્લકતાનું ચિંતન કરવાથી તેના ભાવો હૃદયમાં પ્રકટે છે. અને તે સુખેચ્છકે સેવ્ય નથી. તમારામાં શું નથી અને અન્યમાં શું વિશેષ છે. જે મન બુદ્ધિ તમને પ્રાપ્ત છે તે અન્યને પણ પ્રાપ્ત છે આટલું છતાં જો તમને તેમાં વિશેષતા જણાતી હોય તો તેનું કારણ અન્ય કંઇજ નથી પણ તમે પોતેજ છો. તેણે પોતાનામાં વિશેષતાના ગુણો પ્રકટાવ્યા છે અને તમે છાણના કીડાની માફક જેને તે સ્થિતિમાં કાયમ રહ્યા છો. અને પ્રયત્ન કરો તો તમે પોતે પણ તેના કરતાં એ અધિક ગુણો તમારામાં પ્રકટાવી શકો તેમ છો.

અન્યના સુખ અને વૈભવ જોઈ દબાઇ જતા નહિ કે તેની ઇર્ષ્યા પણ કરતા નહિ. તેનાથી ઉલટી તમારી અધિક અવનતિ થશે. તમારૂં કર્તવ્ય તો એ છે કે જે નિયમોના જ્ઞાનવડે તેણે ઉન્નતિ પ્રાપ્ત કરી છે તેજ નિયમોના પાલનથી તમારી ઉન્નતિ કરવાની છે. આ નિયમોનું સ્વતઃ જ્ઞાન સંયમની ક્રિયામાં બેસી પૂર્ણ શાંત થવાથી થશે.

તમે તમારા પોતાના સામર્થ્યમાં શ્રદ્ધા રાખો. એજ ખરૂં સામર્થ્ય છે. અન્યનું આપેલું સામર્થ્ય તમારે કંઇજ કામનું નથી. તે કૂવાનું નહિ પણ હવાડાનું જળ છે. તે સ્થાઈ કેટલો વખત સુધી રહે. જયારે ત્યારે પણ તેને સૂકાવાનો પ્રસંગ આવેજ. આત્મબળમાં શ્રદ્ધા રાખનાર મનુષ્ય જગતમાં કલ્પનામાં પણ ન આવે તેવાં કાર્યો કરી શકે છે. પૂર્વના દ્રષ્ટાંતો વિચારો. પાંચ વર્ષના નાના બાળક ધ્રુવે આત્મબળની શ્રદ્ધાથીજ જંગલમાં જઈ તપ કરી પ્રભુને મેળવ્યા હતા. નેપોલીયન બોનાપાર્ટે આખા યુરોપને એક સમય ધ્રુજાવ્યો હતો તે પણ આત્મબળની શ્રદ્ધાથીજ. અને એ શ્રદ્ધા પાછળથી સહજ ડગમગવાથી તેનો પરાજય થયો હતો. શિવાજીએ મહાન મોગલ સલતનત સમક્ષ આત્મબળની શ્રદ્ધાથીજ બંડ ઉઠાવ્યું હતું અને ઔરંગજેબ જેવા રાજાને ત્રાહ્ય પોકરાવી હતી. જેને પુરેપુરૂં બોલતાં પણ નહોતું આવડતું એવા ગ્રીસના ડીમોસ્થિનિશ નામના માણસે મહાન વક્તા થવાની ઇચ્છા કરી અને વ્યાખ્યાતાઓમાં સર્વ શ્રેષ્ઠ પદવી આજે આત્મશ્રદ્ધાથી પ્રાપ્ત કરી હતી. એક સામાન્ય ભરવાડમાંથી સેક્સ્ટસે મહાન પોપની પદવી પ્રાપ્ત કરી હતી. આ સિવાય બીજાં પણ અન્યને અશક્ય સરખાં જણાતાં કામો મનુષ્ય આ આત્મશ્રદ્ધાના ગુણને ધારણ કરવાથી કરી શકે તેમ છે. અને તેનાં દ્દષ્ટાંત આપી શકાય તેમ છે.

મનુષ્ય પોતાની પ્રાપ્ત સ્થિતિમાંથી આગળ કેમ વધી નથી શકતો. તેનું કારણ એકજ છે. અને તે એક કે તેને તેના પોતાનાજ બળમાં શ્રદ્ધા નથી. અમુક કામ મારાથી પાર ઉતારી શકાશે કે કેમ? મારી યોગ્યતા છે કે કેમ આવાને આવાં નિર્વેદાત્મક વિચારો તેનામાં પ્રકટી તેના સુખના માર્ગને બંધ કરી નાંખે છે. નિશ્ચય કરીને માનજો કે સુખ માત્રના તમે પૂર્ણ રીતે હકદાર અને સામર્થ્યવાન છોજ. જેમ બીજકને જમીનમાં નાંખ્યા પછી તે ફણગા દ્વારા બહાર આવવાનોજ પ્રયત્ન કરે છે. તેમ મનુષ્યમાં રહેલો આત્મા હંમેશાં પોતે સુખ સ્વરૂપ હોવાથી જ્યાં ત્યાંથી સુખનેજ શોધે છે.

પ્રિય આત્મન્ તમારો માર્ગ દુઃખરૂપ કાંટા અને ઝાંખરાથી ભરેલો હોય ડગલે અને પગલે વિપત્તિના ડુંગરને ડુંગર તમને જણાતા હોય. શરીર વ્યાધિથી પીડા પામતુ હોય તોપણ તમે કદી નિરૂત્સાહી થશો નહિ. તમારી પ્રતિકૂળ સ્થિતિ અલ્પકાળજ રહેનારી છે. સુખ સ્વરૂપ આત્માના ધ્યાનમાં લિન થાઓ. ઘડીભર જગતને ભૂલવા પ્રયત્ન કરો. અને મહા સમુદ્રની મધ્યમાં જળ વિના જેમ અન્ય કંઈ જણાતું નથી તેમ તમને સુખ વિના અન્ય કાંઇ પણ જણાશેજ નહિ.

તમારા કાર્યક્રમમાં નિત્ય થોડો વખત એકાંત વાસનો પણ રાખશો. ઘરમાં તેમ ન બની શકે તો બહાર પણ

થોડો વખત એકાંત બેસી તમારા કર્તવ્યનો વિચાર કરશો. એકાંતના ખરા સુખની મહત્તા તમને સમજાશે. જે કાંઈ સર્વોત્તમ કાર્ય થાય છે તે આ એકાંતમાંજ થાય છે. હું મારા ઘરમાં લખવા બેઠો હોઉં અને પડોસના ઘરમાં શાળ ચાલવાના ખડખડાટ થતા હોય તો સર્વોત્તમ નજ લખી શકું એ સ્વાભાવિક છે.

તમને પ્રાપ્ત જે સ્થિતિ હોય તેમાં સંતોષ રાખી આગળ વધવાનો નિયમ રાખો જે મનુષ્યોને પ્રાપ્ત સ્થિતિમાં સંતોષ નથી અને તેનાથી દુઃખ છે એમ બૂમો પાડયા કરે છે તે હંમેશા દુઃખીજ રહે છે. જે પોતાના પ્રાપ્ત કર્તવ્યોજ સુખપૂર્વક કરી નથી શકતો તે આગળ વધ્યા પછી તે સમયના કર્તવ્યો શી રીતે ઉત્તમ કરી શકશે? નાનામાંથી મોટા થવાય છે. મોટામાંથી નાના થવું એતો એક જાતનો વિનિપાત છે. ગ્રીષ્મના તાપમાં મનુષ્યને શિતળ છાયા આપનાર આ મોટા વટવૃક્ષને જુઓ. પ્રથમ જ્યારે તેની ઉત્પત્તિ થઇ ત્યારે નાના સ્વરૂપેજ હતું. કુદરતના વિકાસના નિયમને અનુસરી આજે તે આટલા મોટા સ્વરૂપમાં આવ્યું છે. મનુષ્ય પણ આજ નિયમે પોતાની હલકી સ્થિતિમાંથી મહાન સ્થિતિમાં આવી શકે છે.

આગળ વધવાની જરા પણ ઇચ્છા હોય તો કદી અભિમાની ન થશો. અભિમાન એ ઉન્નતિની વૃદ્ધાવસ્થા છે. જ્યાં તેનો પ્રવેશ મનુષ્યમાં થયો કે ઉન્નતિ તરતજ અટકે છે. એટલુંજ નહિ પણ તે મનુષ્ય ગમે તેટલી ઉચ્ચ

સ્થિતિમાં મૂકાયલો હોય તો પણ કુદરત તેને ધક્કો મારી નીચે ગબડાવી નાંખે છે. રાવણ સરખા મહાન પરાક્રમી રાજાનો પણ એ અભિમાનથી નાશ થયો તો સામાન્ય મનુષ્ય તે શી ગણત્રીમાં ? અભિમાન આવતાં મનુષ્ય પોતાના કૃતવ્યનું ભાન ભૂલે છે. અને પરિણામે પોતાનેજ હાથે પોતાનાં નાશનાં સાધનો કરે છે.

ઇશ્વરકૃપાથી તમારી સ્થિતિ સારી હોય અને તમે મોટા નૃપતિ હો, અગર લક્ષ અથવા કરોડપતિ શ્રીમાન સદ્‌ગૃહસ્થ હો તે છતાં નિરાભિમાનપણાને સેવશો. પ્રભુને ત્યાં ગરીબ તવંગરનો ભેદ નથી. તેના રાજ્યમાં તો સર્વ સરખાં છે. માટે તમારા ગરીબ ભાઇઓ તરફ ઘૃણા અથવા તિરસ્કારની દ્રષ્ટિથી ન જોશો. ઉલટું તમારા પ્રાપ્ત પૈસાનો સદુપયોગ કરી તેમની સ્થિતિ સુધારવાનો પ્રયત્ન કરશો. તમારા તે પ્રયત્નથી ગરીબોની સ્થિતિ સુધરશે અને તેમાંથી એકજ ગરીબની આંતરડી તમને દુવા દેશે તો બસ છે.

વ્યવહારમાં તો ઘણે ખરે ઠેકાણે એવું જોવામાં આવે છે કે શ્રીમાન મનુષ્યોના દરવાજા હમ્મેશાં ગરીબોને માટે બંધજ હોય છે. કોઇ ગરીબને તેમને મળવું હોય તો મળી શકાતુંજ નથી. વળી કેટલેક ઠેકાણે તો એમ પણ જાતે છે કે કેટલાક શ્રીમાનો ગરીબની સાથે વાત કરવામાં અપમાન સમજે છે. તેઓ ગરીબ રખાજ શા માટે એમ તેઓ માને છે. પોતાને ત્યાં લખલૂટ ખર્ચ ચાલ્યા જતા હોય તો

પણ તેનો હીસાબ નહિ અને ગરીબને પાંચ દશ રૂા. આપવા હોય તો તેનો હીસાબ ગણાય છે, આ પ્રમાણે જે વહીવટ ચાલે છે તેમાં ફેરફાર થવાની જરૂર છે. સ્પષ્ટીકરણ કરતાં જણાવીએ છીએ કે અત્રે કહેવાનો ભાવ એવો નથી કે શ્રીમાનોએ ગરીબને પોતાનું સર્વસ્વ આપી દેવું અને પોતે પણ તેના જેવા થઇ જવું પણ કહેવાનું એમ છે કે ગરીબો પ્રતિ જે તિરસ્કારની લાગણી જોવામાં આવે છે તેનો નાશ કરવો. પોતાની આવકનો અમુક ભાગ ધર્માદા તરીકે પણ કાઢવો અને તેમાંથી યોગ્ય જણાય તેને દાન કરવું આ સિવાય ગરીબોને ધંધે લગાડવા પ્રયત્ન કરવો. તેમની સ્થિતિ સુધારવાનો આ સારામાં સારો ઉપાય છે.

(૯)

શરીરને અક્રિય કરી શાંત થવાની કળા તમે સંપૂર્ણ પ્રેમ અને ઉત્સાહથી સાધવાનો આરંભ કર્યો હશેજ. હવે હું તમને બીજી તેમાં કેટલીક જરૂરી બાબતો સૂચવીશ. શાંત બની વખત વિચારોનાં ટોળેટોળાં આવી તમને ગભરાવતાં હશે પણ તે પ્રતિ બિલકુલ ધ્યાન આપશોજ નહિ. [illegible] પ્રેમ અને ઉત્સાહથી તમારા પ્રયત્નને ચાલુ રાખશો. એક મહિને નહિ તો બીજે મહિને તમને તેમાં શાંત થવાશેજ.

પ્રભુનો માર્ગ છે શૂરાનો,
નહિ કાયરનું કામ જોને.

આ વચન પ્રમાણે જે શાંત સ્થિતિમાંથી તમે મહાન ફેરફારોની આશા રાખો છો. જીવન પરિવર્તનતા જેમાં જુઓ છો તે કાર્યમાં શૂરવીરતા તો જોઇએજ. અને આ શૂરવીરતા તે કાંઈ હાથમાં તરવાર લઈ અન્યના મસ્તક કાપવા રૂપ શૂરવીરતા નથી પણ તમારા અંતરની શૂરવીરતા છે. તમારા સાધનોની શૂરવીરતા છે.

નિશ્ચય કરી માનજો કે આજે શાંતિની ભાવના સેવતાં જે વિચારોના સમુહો આવી તમને ગભરાવે છે તે ફક્ત શરૂઆતનાંજ છે. તમે શાંત થઇ શકો તેમ છો. તેમ તમારામાં તે સામર્થ્ય પણ રહેલું છે.

પ્રયત્નમાં અકળાશો નહિ. તેમ નિશ્વાસ નાંખશો નહિ. પૂર્ણ શાંત થશો. આજ શાંતિમાં થોડો સમય નિશ્ચેષ્ટ પડયા રહો.

હવે તમારે આગળ વધવાનું છે. તમને જે પ્રાપ્ત કરવાની ઇચ્છા છે તેને કલ્પનાસૃષ્ટિથી જોવાનો અભ્યાસ પાડજો. દાખલા તરીકે તમને આરોગ્યની જરૂર છે. તો તમારૂં શરીર ભલે અત્યારે વ્યાધિથી ભરેલું અગર માંદું હોય તે છતાં હું આરોગ્ય સ્વરૂપ છું. એવું ભાન કરજો. મારૂં શરીર ભીમ કે હનુમાન જેવું પૂર્ણ બળવાન છે, એવું માનસિક ચિત્ર રચી તેમાં તન્મય થઈ જશો.

તમને ધનની ઇચ્છા હોય તો હું સંપૂર્ણ ધનવાન છું. કુબેર ભંડારી અથવા આધુનિક સમયના કરોડાધિપતિ કાર્નેગી જેટલું ધન તમને પ્રાપ્ત છે. એમ ધારજો. તમારા ઘરમાં ભલે આજે ખાવાને શેર અનાજ પણ ન હોય તે છતાં તમારે તે પ્રતિ ધ્યાન આપવાની જરૂરજ નથી. ધનવાનપણાની ભાવનાજ તમારે તો સેવ્ય છે.

આજ નિયમ પ્રમાણે જે વસ્તુની તમારે જરૂર હોય તેનું માનસિક ચિત્ર રચી તે તમને પ્રાપ્તજ છે એમ ધારશો. અંતઃકરણની શાંત સ્થિતિમાં આ પ્રમાણે ધારવાથી તેને તમે પ્રાપ્ત કરી શકશો એ નિઃસંશય છે.

અધ્યાત્મવિદ્યામાં જે મનુષ્ય ઊંડા ઉતર્યા નથી તેમને તો આ ભાવના કેવળ હાસ્યજનકજ લાગશે. મનુષ્યના વિચારમાં અને સંકલ્પમાં શું સામર્થ્ય રહેલું છે તે ન જાણનાર મનુષ્ય ભલે તેનું હાસ્ય કરે. તેમના હાસ્યથી આ ક્રિયાનું મહત્વ કાંઈ જતું રહેતું નથી. ધ્યાતા ધ્યેયરૂપ થાય છે એ સર્વ સામાન્ય અને સાર્વધાર્મિક બાબત છે.

વિચારોની અસર કાંઇ મનુષ્યના ઉપર ઓછી થતી નથી. તમે પૂર્ણ આનંદમાં બેઠા હો અને તમને કોઇ આવીને કહે કે ભાઇ આજે તો અમુક બેંક બેસી ગઇ તો જો તેમાં તુમે કદાચ તમારા રૂ. મૂક્યા હોય છે તો તરતજ તમારો આનંદ શોકના રૂપમાં ફેરવાઇ જવાનો. અને આજ

નિયમો આજે તમે એક વ્યાપારમાં પાંચસો રૂપીઆ ખોટ ખાધી હોય અને શોકમાં બેઠા હો તે વખત તમને કોઈ આવીને કહે કે ભાઇ આજે તો આ શેરનો ભાવ વધી ગયો. અને તમારી પાસે તે હોવાથી તમને એક હજારનો લાભ થાય છે. આ સમાચાર સાંભળતાંજ તમારો પૂર્વનો શોક જતો રહે છે અને તમે હર્ષમાં આવી જાઓ છો.

મનુષ્ય જેવું ચિંતન કરે છે તેની અસર તેના સઘળા જીવન ઉપર થાય છે. ચિંતન અથવા વિચારનાજ પરિણામે કંઈ ન હોય છતાં માણસોએ પોતાના જીવ ગુમાવ્યા છે. વૃક્ષના ઠુંઠાને અંધારી રાત્રિએ ભૂત માની કંઈ કેટલા મનુષ્યો બીધા હશે. તેમ દોરડામાં સર્પની પ્રતીતિએ કંઇ કેટલાએ મહાન ત્રાસને અનુભવ્યો હશે.

એક ખરૂં દૃષ્ટાંત વિચારના સંબંધમાં એવું છે કે એક વખત લંડનમાં એક જન્મટીપ પામેલા કેદીની ઉપર વિચારનો પ્રયોગ કરવાનો ત્યાંના ડૉકટરોનો ઠરાવ થયો. તે માટે મંજુરી મેળવી. પોતાની પ્રયોગશાળામાં તે કેદીને લાવવામાં આવ્યો. અને પછી કહ્યું કે જોકે તારે મરવાનું તો છેજ. પણ ફાંસીના લાકડાએ ચઢી મરવા કરતાં અમે તને પ્રયોગ કરી મારીશું. અમારે તારા હાથની ધોરી નસ કાપવી છે. અને પછી તેમાંથી અમુક બાગો જોવા છે.

આ પ્રમાણે કહી એ કેદીની આંખે પાટા બાંધ્યા. અને પછી તેને એક ટેબલ ઉપર સુવાડયો. ડોકટરોને તેની

નસ કાંઇ કાપવી નહોતી પણ આ વિચારની અસરથી તેને શું થાય છે તે જોવું હતું. તેથી તેને ક્લોરોફોર્મ જેવી બેશુદ્ધ કરનારી દવા પણ સુંઘાડી ન હતી. પછી તેનો હાથ પોતાના હાથમાં લઈ જાણે નસ કાપતા હોય તેવો દેખાવ કર્યો. પેલા કેદી ઉપર સહજ એક શોય ઘોચવા જેટલો પ્રયોગ કર્યો. અને પછી નસ કપાઇ ગઇ છે એમ કહેવા માંડયું. પાસેના પાત્રમાં ખાલી નળમાંનું પાણી પડતું હતું તેને લોહી પડે છે એમ કહ્યું. કેદીએ નક્કી માન્યું કે આ મારાજ શરીરનું લોહી વહે છે પરિણામે તે બેભાન થયો અને આખરે મૃત્યુ પામ્યો.

આ વાત ઉપરથી વિચારવાનું એટલુંજ છે કે વસ્તુતઃ રીતે કેદી ઉપર નસ કાપવાનો કંઇજ પ્રયોગ થયો ન હતો છતાં તેણે પોતે એમ માન્યું અને મૃત્યુ પામ્યો આજ નિયમ મુજબ દરેક બાબતમાં બનતું આપણે જોઇએ છીએ.

વ્યથા ભયને પામશો નહિ. જગતમાં યથાર્થ રીતે તો ભય જેવી કોઇ વસ્તુજ નથી સર્વદા અભય રહો. આત્મા અભય સ્વરૂપ છે. તમે પણ તેનો અંશ હોવાથી અભય સ્વરૂપજ છો.

તમે એકાંતમાં બેઠા હો તે વખત કોઇ વિચાર આવી તમને વિકળ કરે અગર તમારા મુખ ઉપર ઉદાસિનતાની છાયા આણે તો તરતજ તેને કહેજો કે મારા આત્મસ્વરૂપ ઉપર કોઇની પણ સત્તા નથી. વિચાર એ મારો ઉપજાવેલો ઉપજ્યો છે.

અને તે અત્યારે મને ભય આપવાનું કાર્ય કરે છે. પણ તેને ખબર નથી કે મારા સ્વરૂપનું સામર્થ્ય અપરિમીત છે. આ આ પ્રમાણે બોલી ખડખડાટ હસજો. ખી. ખી. ખી. કરી ઉપર ઉપરનું નહિ પણ અંતરથી હસજો. તમારામાં નિર્દોષ પ્રસન્નતા પ્રકટશે. જોજો હસવામાં સંકોચ સેવતા નહિ. એકલા એકલા હસવાથી લોક મને ગાંડામાં ગણુશે એવો ભય પ્રકટાવતા નહિ. અને હસજો. તમારા શરીરનું આરોગ્ય એનાથી પ્રાપ્ત થશે. તથા શોકની છાયા પણ નાશ પામશે.

(૧૦)

મનકામના પૂર્ણ કરવા ઇચ્છનાર મનુષ્યની ભાવના કેવી હોવી જોઇએ ? તે સદા સર્વદા પૂર્ણ આત્મસ્વરૂપમાં મસ્ત રહેનાર અને વિશ્વમાત્રનું હિત ઇચ્છનાર હોવો જોઇએ. જે વિશ્વ સમગ્રનું હિત ઇચ્છે છે તેનુંજ હિત વ્યવહારમાં પરમાત્મા સાધે છે. જે વિશ્વનું અહિત ઇચ્છે છે તેનું અહિતજ થાય છે. આ મહાન નિયમને લક્ષમાં રાખી તમારી પ્રવૃત્તિ આગળ ધપાવ્યા જશો તોજ તમને શાંતિ અને સુખ મળશે.

તમે તમારા અભ્યાસમાં જે વખત બેસો તે વખત અને તે પછીથી પણ તમારી કૃતિ એવી રાખજો કે જે

તમારાં અભ્યાસને હાનિરૂપ ન થાય. એક હાથ ખાડો ખોદી ઉપર ચાર હાથ પુરનાર મનુષ્યો પણ વ્યવહારમાં છે. તેઓ સવારના કલાક કે બે કલાક ઇષ્ટસ્મરણમાં ગાળે છે અને આખો દિવસ દગા પ્રપંચમાં રમે છે. આટલું છતાં બીજા લોકોની આગળ બોલે છે કે અમે રોજ બબ્બે કલાક પ્રાર્થનામાં ગાળીએ છીએ છતાં અમને સુખ મળતું નથી. ભાઇઓ વિચાર કરો. સુખ તે તમને શી રીતે મળે? તમારી બે કલાકની પ્રાર્થના પછીથી એવી તે કઈ કૃતિ છે કે જે સુખને તમારા પ્રતિ આકર્ષિ લાવે.

આજે આંબો વાવી કાલે તેના ફળ ખાવારૂપ વૃત્તિ કદીજ કરશો નહિ. મનુષ્યે ફળની ઇચ્છાનો ત્યાગ કરીને કર્મ કરવાનો આદેશ હોવા છતાં મનુષ્ય હૃદય ફળની ઇચ્છાએ આતુર અને અધિરા બને છે. દુઃખ એ મનુષ્યની કસોટી હોવા છતાં પરમાર્થીક ક્રિયા કરનાર મનુષ્યને દુઃખનો પ્રસંગ આવતાં તે તરતજ બોલી ઉઠે છે કે ભાઈ આ કળિયુગમાં તો ધર્મીને ઘેર ધાડ અને પાપી કુશળ આવા વચનોવદી નિરૂત્સાહી થઇ જાય છે.

વિચાર કરો. દુઃખરૂપ કસોટીમાંથી જગતમાં કોને પસાર થવું નથી પડયું. કૃષ્ણ પરમાત્માને પણ બાળવયમાં ખરા માતપિતા મૂકી પાલક માતપિતાને ત્યાં જઈ રહેવું પડયું છે. ભગવાન રામચંદ્રજીને ચૌદ વર્ષ વનવાસ સહન કરવો પડયો છે. સતિ દ્રૌપદીનાં દુઃખો તો જગજાહેર છે.

હરિચંદ્ર રાજાને નીચઘર પાણી ભરવું પડ્યું છે. મયુરધ્વજને પોતાનું મસ્તક વહેરાવવું પડ્યું છે. આજ પ્રમાણે જગતમાં જે જે મોટા માણસો થઇ ગયા છે અને જે ઇશ્વરાવતાર મનાયા છે તેમને પણ દુઃખ ભોગવવાં પડયાં છે તો સામાન્ય મનુષ્યનું તે શું ગજું ?

દુઃખના પ્રસંગો જોઇ ન ગભરાવાથીજ દુઃખો ટળે છે. દુઃખ નાશી છૂટે કોઇ દિવસ ટળતું નથી. મનુષ્યની ખરી પરીક્ષા તેની સહનશીલતામાં છે.

સુખનો સરળ માર્ગ.

તમારે માટે મુકિતનો અને ખરા સુખનો એક માર્ગ તમને હું દર્શાવીશ. આ માર્ગે જવાથી કંઈ કેટલા મનુષ્યોએ સુધાર્યાં છે પોતાના દુઃખી જીવનો. પ્રાપ્ત કર્યાં છે અનવધિ સુખોને. રાજ્યમાર્ગ છે પ્રયાણ કરી શકે છે સર્વ નાનાં કે મોટાં સ્ત્રી પુરૂષ કે બાળક. આ માર્ગ અન્ય કાંઈ નહિ પણ ઈશ્વર શરણ છે. તમે વિપત્તિથી જ્યારે જ્યારે કંટાળ્યા હો, જગતના સ્વાર્થીસગાંથી ત્રાસ પામ્યા હો, તમારા મિત્ર શત્રુ થયા હોય અને જગતમાં તમારૂં પોતાનું એવું કોઇજ રહ્યું નહિ હોય તે વખત ઇશ્વરને શરણે જાઓ. ઇશ્વર નોંધારાનો આધાર છે. દુઃખી જનોનો વિશ્રામ છે. મુમુક્ષો જનોને ઠરવાનું સાચું ઠામ છે. જેનું શરણ લેનાર મનુષ્ય કદી નિરાશ થતો નથી. જગ-

ભરનો પાપી મનુષ્ય પણ જો ખરા હૃદયથી શરણે જાય તો તેને 'મારો' કહી આશ્વાસન આપે છે એવા એક દુનિયામાં ઇશ્વરજ છે.

જગત આખું જુઓ. તે સ્વાર્થથી ભરેલું છે. મારો અને તમારો સંબંધ પણ આજે સ્વાર્થથીજ બંધાયો છે. તમારા સગાં તમારા સંબંધીઓ તમારા મિત્રો સર્વ સ્વાર્થના સંગી છે. આ ખોટાં નહિ પણ અનુભવનાં વચનો છે. જ્યાં સુધી સ્વાર્થ હોય છે ત્યાં સુધી ભાઇ ભાઈ કહેનાર અને તે થઇ રહેતાં અગર સ્વાર્થ ન સધાતાં તેજ મનુષ્ય તેને છોડી દે છે. હું તો તમારી સાથે નિરવાર્થ સંબંધથી બંધાયલો છું આપણો સંબંધ ક્ષણીક નહિ સ્વાર્થ પુરતો નહિ પણ સ્થાઈ રહેશે. એમ બોલનાર તથા લખનાર મનુષ્યના સંબંધમાં પણ હું જોઇ શકયો છું કે તેઓનું બોલવું અને લખવું ફકત ઉપર ઉપરનુંજ હતું. આવા સ્વાર્થી મનુષ્યને પોતાનું હૃદય સોંપવામાં પણ ઘણું સંભાળવાનું છે. મારી તો તમને એક સલાહ છે કે કદી સ્વાર્થી થશો નહિ. જે નિર્મળ પ્રેમ એક બીજા સાથે બંધાયો. જેને નિજના ગણ્યા જેની સલાહો લીધી. જેને કસોટીના પ્રસંગમાં પણ સાથે રાખ્યા તેનો સંબંધ શું સ્વાર્થ પુરતોજ હોઇ શકે? હું તે કદી માનતો નથી. પ્રેમમાં સ્વાર્થનો સંભવજ નથી. જ્યાં સ્વાર્થ દૃષ્ટિ આવી ત્યાં વિકારની છાયા ઉત્પન્નની. અને મનુષ્યને ભલે તેટલું નુકસાન થતું હોય પોતાના ધંધાનો એક સબળ

સહાયક ગુમાવવો પડતો હોય છતાં તેનો ત્યાગ કરવો એજ ઉત્તમ છે. હંમેશા આત્મસ્ફુરણને અનુસરી મનુષ્યે ચાલવું. અને આત્મસ્ફુરણ જ્યાં ન કહે ત્યાં એ સંબંધ ગમે તેટલો હિતાવહિ થતો હોય છતાં તે છોડી દેવો.

ખાસ એટલું તો સ્મરણમાં રાખજો કે કોઇની સાથે પણ બોલી બગાડશો નહિ કે પ્રકટ વિરોધ કરશો નહિ. જેની સાથે હર્યા ફર્યા. જેને તેના કાર્યમાં મદદ કરી તેજ મનુષ્યના પાછળ દુર્ગુણ બોલવા અને ભાઇ તમે એને મદદ આપશો નહિ એમ કહેવું એ હૃદયની દુબળતાજ સૂચવે છે. ન બન્યું તો તેનાથી દૂર રહ્યા પણ પાછળથી તેના દોષ જોવા એ તો કોઇને પણ ઇષ્ટ નથી.

તમે હૃદયથી ખરેખરા પવિત્ર થઇ ઇશ્વરને શરણે જાઓ. ઇશ્વર પરમ પવિત્ર છે. અને તે પવિત્ર પુરૂષોનેજ સહાય આપે છે. હૃદયના મેલને કાઢી નાંખશો અને શુદ્ધ દીલથી ઇશ્વર શરણ લેશો. અને તમને જણાશે કે સુખનો માર્ગ તમારે માટે ખુલ્લોજ પડેલો છે. જ્યાં જુઓ ત્યાં સભર ઇશ્વર ભરેલા છે. આખા વિશ્વમાં એવું એક પણ આણું નથી કે જ્યાં તેમનું અસ્તિત્વ વિલાસ કરતું ન હોય. તો હવે તેમના સ્વરૂપમાંજ રહેલા તમને ભય કોનો છે? શા માટે વૃથા ભય ધારણ કરી થરથરો છો.

જે માર્ગે વહન કરવાથી પૂર્વે અનેક મનુષ્યોએ પોતાના દુઃખને ટાળ્યું છે અને આજે પણ જે ટાળે છે તે માર્ગે

ઇશ્વર શરણુંનોજ છે. તેમના પ્રતિ સાચી અભિમુખતા કરનાર ભક્તને તે પોતાનો કરે છે. મંજુલ વાણીથી તેના હૃદય પ્રદેશમાંથી સ્ફુરણો સ્ફુરાવે છે. આ સ્ફુરણો શાં છે તે આપણે જોઇએ.

પદ. (આ તારા વચનો સારાં સ્નેહે એ લય.)

આ કેવા સ્વર તો ઉઠતા, આત્મપ્રદેશમાં.
ચઢતી, શુણતામાં લાગે (અચલ) ખુમારી આજે; આ૦
'મનુષ્ય સ્વતંત્રને ઈશ્વરરૂપ છે'
પ્રભુતા પ્રભુની તેનાં અંગે પસારી આજે; આ૦
"સુખ શોધવાને માટે, છોડી દેજે બહાર જાવું;
સુખ તો રહ્યું છે સદા સમીપમાં તારી આજે; આ૦
ભય મને લાગતાં તો, કદી કોઇ વાત માંહિ,
'નિર્ભય સ્વરૂપ' ગર્જન કરતો તે ભારી આજે; આ૦
ઉદાસિનતાની છાંયા, મુખ પર લાગે ત્યારે,
કરાવી સ્ફુરણ લાવે, હસવાની વારી આજે; આ૦
દુઃખ કેરાં સાગરમાંહિ ડુબકાં હું ખાઉં કદી તો,
દુઃખમાં સુખ જોવા બુદ્ધિ, સ્ફુરાવે છે સારી આજે; આ૦
'દુઃખ ભવે છેજ નહિ' અજ્ઞાન લીધે તે કલ્પ્યું,
એવું કહી સઘળું મુજને, નાંખે તત્વ કારી આજે; આ૦
કદી કદી દળદર દુઃખની, રાઢ હું પાડું મોટી,
(ત્યારે કહે)"સંપત્તિ મારી તે તો,જાણતું તારી આજે આ૦

બળેલો જળેલો કદી, સ્વાર્થી જગ પ્રેમમાંહિ,
પ્રભુ કેરા નિર્મલ પ્રેમે, ખેંચે વૃત્તિ મારી આજે; આ૦
કદી હું તો વિધવિધ ક્લેશે, રડવા અતિસેં લાગુ,
ક્લેશનું કારણ તરતજ નાંખે એ વિદારી આજે; આ૦
જીવન સુવાસિત કરતો, પરિપૂર્ણતાને આપી,
ખરેખર સ્વર તો મુજને લાગે પ્રિયકારી આજે; આ૦
કંઈ કંઈ પાઠો મુજને સ્વર એ નિશદિન શિખવે,
એના પાઠ કેરી ભવમાં ન્યારી બલિહારી આજે; આ૦

પ્રિય ભાઇ દુઃખનું કારણ હવે કાંઇ રહે છે ? જગતના જીવોનું કર્તવ્યજ એક છે. પોતાની પ્રપંચમય સઘળી યુક્તિ પ્રયુક્તિઓને છોડી દઇ ઇશ્વરને શરણે જઇ તેમના ધ્યાનમાં તલ્લિન થવાનું છે પ્રભુનું મહાવચન તમે સાંભળ્યું છે ? તેઓ શ્રી મુખે કહે છે કેઃ—

પદ. (પ્રિયતમ પદ સેવા યાચું છું જોડી પાણિ એ લય.)
સ્વધર્મને ત્યાગી આવ તું શરણ મારી.
ભયભિત ન થા વિશ્વે, લઇશ હું સંધ તારી;
સંતાપ, પાપ સર્વ તારાં, દઇશ નિશ્ચય નિવારી.
જો ? જો ? પૂંઠે તારા, સહાય છે અભયકારી;
હું છું તા............રો, તું મારો ભ્રાત,
છે સદા તું મારો;
મારા ને તારા માંહિ ભેદ કાંઇ નથી પડનારો,
જાણજે નક્કી વિશ્વે, તુંથી ના હું છું ન્યારો,

સૂર્ય છે જેમ એક, ઘટના પાત્રે દરેક
જુદો તે દિસનારો,
આત્મા છે તેમ એક, મારો તો અંશ પ્રત્યેક
આત્મામાં પડનારો; તું છે.

વારિમાં વારિ ભળતાં, એક રૂપ તે થાનારૂં,
જ્યોતિમાં જ્યોતિ મળતાં, જુદાઇ ન દિસે વારૂં,
પાત્રો છો જુદાં હોય, તેને ન ન્યાળે કોય,
ભિતર સત્ય જોનારૂં; તું છે.

હવે કાંઈ શંકા રહે છે. આ પળથીજ સઘળી ખટપટોને છોડી અનન્ય ભાવથી ઇશ્વર શરણને સ્વીકારો. જગતમાં તમારો જય જયકાર છે.

(૧૧)

પ્રિય આત્મન્ તમે ઇશ્વર શરણને સ્વીકાર્યું ખરૂં ને ? આજે તમારી પરીક્ષાનો દિવસ છે. કહેશો કે ઇશ્વર શરણ સ્વીકાર્યાને તમને કેટલી મુદ્દત થઇ છે. તમારામાં તે મુદ્દત દરમ્યાન તમે શા શા ફેરફાર પ્રકટ થએલા જોયા છે ? તમે છ માસ પૂર્વે જ્યાં હતા ત્યાંના ત્યાંજ આજે પણ છો કે આગળ વધ્યા છો ? આગળ વધ્યા તો કેટલું વધ્યા ? આ સર્વ પ્રશ્નોનો ઉત્તર શાંત ચિત્તે વિચારીને આપશો.

તમને તેમાં તમારી પ્રગતિ સ્વલ્પ અંશે પણ ન થઇ હોય તો હું તમને કહીશ કે તમે ઇશ્વરશરણ સ્વીકાર્યું નથી પણ ફક્ત જનસમાજમાં બતાવાનો ખાલી ઢોંગ કર્યો છે. રાત બધી દળ્યું અને સવારે શેર લોટ પણ ન નીકળ્યો તો તે શા કામનું ? ઇશ્વરશરણ લીધું અને જીવન તેનું તેજ રહ્યું તે શા કામનું ?

સવારના નિત્ય બે કલાક ઇશ્વર શરણ સ્વીકારી દિવસ રાત્રિના મળી બીજા બાવીશ કલાક ઇશ્વરને ભૂલી જવા એ સાચું ઇશ્વરણશરણ નથી. ઇશ્વરશરણ લેનાર મનુષ્યનું મન હંમેશાં ઇશ્વર પ્રતિજ ઢળેલું હોવું જોઇએ. તેણે પોતાની ભાવના પણ કેવી કરવાની જરૂર છે તે અત્રે સ્વલ્પમાં સમજાવીએ.

મારી અંતર અને બહાર પરમાત્મા વ્યાપી રહ્યા છે તેમની અભયસત્તામાં હું સદા મસ્ત છું. મને હવે ભય શાનો હોય !

પ્રભુનો આશ્રય લીધા પછી હવે મારામાં નથી રહ્યો રાગ કે નથી રહ્યો દ્વેષ. હું સર્વના ઉપર પ્રેમને પ્રસારૂં છું. મારા હિતની સાથે હું વિશ્વમાત્રનું હિત ઇચ્છું છું. સબળ આશ્રય લીધા પછી મારે હવે બહાર આ બાઇ કે પેલા ભાઇની ખુશામત કરવાની જરૂર રહી નથી.

આખું વિશ્વ પ્રભુનું સ્વરૂપ છે તેની અંદર હું મ્હાલું છું. મારા રક્ષણનો ભાર મારા નિયંતાને માથે છે.

પરમપવિત્ર પ્રભુના આશ્રયથી હું મલિન પણ હવે પરમપવિત્ર બન્યો છું.

આરોગ્ય સ્વરૂપ પ્રભુની સહાયથી મેં પણ આરોગ્ય મેળવ્યું છે.

સંપત્તિ માત્રના પતિ પ્રભુની ઓથથી હવે મારે દરિદ્રતાની બુમો પાડવાની રહી નથી.

હું જે તરફ દ્રષ્ટિ નાંખું છું તે તરફ મારા પ્રભુ છે. તેમના દર્શને હું પૂર્ણ થયો છું.

મારે તો હવે કોઈ શત્રુજ રહ્યો નથી. મારા વેરીનું પણ હું તો કુશળ ઇચ્છું છું. પ્રભુ ક્ષમાના સાગર છે તેમનો ભક્ત કહાવી હું કેમ ક્રોધ કરૂં? કેમ કોઈનું અહિત ઇચ્છું? મારા શત્રુની શત્રુતા નિવારવા પણ મારો પ્રેમ શક્તિમાન છે.

માતાની ગોદમાં બાળક જેમ નિર્ભય છે તેમ પરમાત્માની સહાયથી હું સદા સર્વદા નિર્ભયજ છું. આખું વિશ્વ દ્રષ્ટિએ પડે છે તે મારા પ્રભુનો વિલાસ માત્ર છે. તેને જોતાં અંતઃકરણની તટસ્થ વૃત્તિને સેવતાં હું વિશ્વમાં પરમ પ્રસન્ન રહું છું.

મારા રક્ષક પરમાત્મા છે. મારે હવે ભૂત ભવિષ્યની ચિંતા શા કામની?

આ પ્રમાણેના વિચારોમાં તમારા મનને ... સુખ માત્ર તમને અલ્પ સમયમાં પ્રાપ્ત થશે.

(૧૨)

જ્ઞાનદેવ हि मुक्तिस्यात એ વચન પ્રમાણે જ્ઞાનમાંજ મુક્તિ સમાયલી છે. તમે જ્ઞાનવાન થાઓ અને મુક્તિ તમારા હાથમાં છે. નિત્ય ૐ નું ધ્યાન કરો. પ્રણવ મંત્રના ધ્યાનમાં અને તેના જપમાંજ સર્વ સમાયલું છે. ॐ कार एवेदं सर्वम એ મહા વાક્ય છે. શબ્દમાત્રનું મૂળ ૐ છે તેનાથી વિશ્વની ઉત્પતિ છે. બ્રહ્મા વિષ્ણુ અને મહેશ્વર એ ત્રિપુટીની ભાવના પણ પ્રણવ મંત્રમાં કલ્પી છે. તમારાથી બીજું કશુંજ સાધન ન થાય તો પણ નિત્ય પ્રણવનું ધ્યાન તો કરશોજ.

તમારા પોતાના સંબંધમાં અથવા તો તમે જેના સંબંધમાં આવો તેને કદી પણ વિરોધી ઘોતનો કરશો નહિ. કાર્યનો આરંભ કર્યા પછી આ મારાથી પાર ઉતરશે કે નહિ એ પ્રકારનું ઘોતન પોતાના કાર્યને નિષ્ફળ કરે છે અને તમારૂં તે શું ગજું કે તમે આ કામ કરી શકો. ભલ ભલાના પુરા ન લાગ્યા તો તમારા શા આસરા એ અન્ય પ્રતિ પ્રેરેલું વિરોધી ઘોતન. આ ઘોતનથી સામો માણસ નિર્બળ મનનો હોય છે તો કામ કરતો અટકે છે. અને તેનું પાપ પેલા વિરોધી ઘોતન કરનારનેજ લાગે છે. મનુષ્યો જ્યાં સુધી

પોતાનામાં આત્મશ્રદ્ધા કેળવી નથી પોતાનાજ બળનો વિશ્વાસ ધાર્યો નથી ત્યાં સુધી તેની ઉન્નતિ હજાર હાથ વેગળીજ છે.

મારી ઉન્નતિ થવા દેવામાં અમુક મનુષ્ય આવી ફડદું મારે છે. અથવા તો આ ગ્રહયોગથી મને હાલ સુખજ મળે એમ નથી. મારાં કર્મમાજ દુઃખ તે કોણ મિથ્યા કરે આ પ્રકારના વચનો કદી બોલશો નહિ તેમ એ સંબંધી વિચાર પણ કરશો નહિ. મનુષ્યના અભ્યુદયમાં કોઇ તેને અટકાવતું નથી. કે કોઇ ગ્રહ તેને નડતો નથી આમ છતાં ધારો કે તે તમને નડે છે તો તેને અનુકૂળ કરી લેવાનું સામર્થ્ય તમારામાં કયાં નથી ?

××× ××× ×××

તમે તમારા પ્રાપ્ત કર્તવ્યો આજેજ બજાવો છો કે તેને આવતી કાલ ઉપર રાખો છો ? મારા પ્રશ્નનો ઉત્તર વિચાર કરીને આપશો. અમુક કામ કરવું હોય તો આજે મુહુર્ત સારૂં નથી આજ તો દિવસ સારો નથી એમ બોલી કંઇ કેટલા મનુષ્યો તે કામ કરી શકતા નથી. તમારા સ્મરણ પટ ઉપર કોતરી રાખજોકે આત્મામાંથી ઉઠેલું સ્ફુરણ તેજ કાર્યનું સર્વોત્તમ મુહુર્તછે. અમુક શુભકામ કરવાનો સંકલ્પ સ્ફુરે કે તરતજ તેનો આરંભ કરવો. **शुभस्य शिघ्रम** એ વાકય પણ તેટલા માટેજ કહેવાયુંછે. ભૂત અને ભવિષ્યની ચિંતા મનુષ્યે કરવાની નથી. ભૂતકાળમાં મારી પાસે આટલો

પૈસો હતો કે આટલું દુઃખ હતું એવા ચિંતનો કર્યા કરવાથી જીવનની ઉન્નત્તિ શી થઇ તે કહેશો. અથવા ભવિષ્યમાં મને અમુક દુઃખછે અથવા સુખછે એવા ચિંતનની પણ જરૂર નથી. સુખને પ્રાપ્ત કરવાને માટે મનુષ્યે હમેંશા વર્તમાનકાળને સર્વોત્તમ કરવો જોઇએ. આવતી કાલનો ભવિષ્ય કાળ તે આજનો વર્તમાન કાળ છે. અને જે મનુષ્ય વર્તમાન કાળ સારો કરે છે તેને પછી ભવિષ્યની ચિંતા કયાં રહી.

તમારા મનને સામાન્ય વિષયોમાંજ રમાડયા ન કરશો. પાંજરામાં પૂરાયલું પક્ષી જેમ તેને વર્ષોના સહવાસ પછી બહાર કાઢવામાં આવે તો પણ તે પાછું પાંજરામાંજ જવાની ઇચ્છા રાખે છે કેમકે ગગનના દિવ્ય સુખો તેની કલ્પનામાં પણ હોતાં નથી. આજ નિયમ મુજબ સામાન્ય વિષયમાંજ મન જ્યારે જોડાયલું રહે છે ત્યારે તેને અન્ય આત્માના વિષયની કલ્પના પણ આવતી નથી અને જગતના મનુષ્યો તો હમેંશા પોતાના મનને વ્યવહારના ક્ષુદ્ર વિષયમાંજ જોડેલું રાખે છે. આ પ્રમાણે કરવાથી તેમના ઉપર એક પ્રકારનું અજ્ઞાન આવરણ બંધાય છે. અને તેમને પછી સારા સાર જણાતો નથી.

આ પ્રમાણે હોવાથીજ વેદાંતશાસ્ત્ર મનને હમેંશા તત્વવિચારમાં જોડેલું રાખવાનું જણાવે છે. તે જ્યારે તત્વચિંતન કરે છે ત્યારે તેનામાં દિવ્યતા આવે છે. અને તે દિવ્યતા સર્વ સુખનું મૂળ છે.

સુખને પ્રાપ્ત કરવાની અને મનકામના પૂર્ણ કરવાની ઇચ્છાવાળા ભાઈ ! તમારી સર્વ ક્રિયા પણ સુખવર્ધક હોવી જોઇએ. તમારા અંતરમાં એકલી ઇચ્છા હોય અને તમારી બાહ્ય ક્રિયા સુખસાધક ન હોય તો સુખ તમે કદીજ પ્રાપ્ત કરી શકવાના નહિ. જેના સમાગમમાં આવો તેને સુખ ઉપજે તેમ કરો પ્રથમ તમારી વાણીને સુખ સાધક બનાવો. વાણીના સામર્થ્યને ન્યૂન ન ધારશો. એનાથી તો માણસ ચાહે તેમ કરી શકે છે તેમ એટલું પણ નક્કી છે કે જે વસ્તુ નિત્યની પરિચિત છે. તેના મૂલ્યને આપણે બરાબર સમજી શકતા નથી. અથવા તો વાણીના મિથ્યા વ્યયને લીધે આપણે એ સામર્થ્યહિન થઇ ગયા છીએ. જે વાણી શબ્દ બ્રહ્મમય છે. જે અતુલ બળવતી છે તેનો વાસ્તવ ઉપયોગ ન કરીને આપણે કશા પણ માલ વિનાની બનાવી મૂકી છે. આ ટેવ અવશ્ય સુધારો. વાણીના બળનો સંચય કરતા જાઓ. જરૂર વિના લવારો કરવાની ટેવ કાઢી નાંખો. તેમ જે બોલવાથી સામાનું અહિત થતું હોય તેનામાં નિર્વેદ પ્રકટતો હોય તેવું તો બોલશોજ નહિ. અધ્યાત્મશાસ્ત્રના અભ્યાસીઓ તો એટલે સુધી જણાવે છે કે મનુષ્યને સુખ સંપત્તિ આરોગ્ય અપાવનાર તેની વાણી છે અને દુઃખ વિપત્તિ વ્યાધિ અપાવનાર પણ તેનીજ વાણી છે.

તમારી માનસિક સૃષ્ટિને હમેશાં સુખમય રચો. બહારની સૃષ્ટિ તમને આજે ગમે તેટલી દુઃખમય લાગતી હોય તો

પણ મનમાં–આંતર મનમાં સુખના ચિત્રો રચી તે પ્રતિ જોવાથી આવેલાં સર્વ દુઃખો ટળી જાય છે, શરીર વ્યાધિથી તરફડીયા મારતું હોય તે વખત આરોગ્યનું ચિત્ર વૃત્તિમાં આરૂઢ થવું મુશ્કેલ તો છે પણ અભ્યાસ આગ્રહ અને ઉત્સાહ પૂર્વક તેને જે મનુષ્ય વૃત્તિમાં ખડું કરેછે અને આંતર મનમાં દૃઢ કરેછે કે ગમે તેવો અસાધ્ય વ્યાધિ હોય તેને પણ માણુસ જોતજોતામાં સારો કરે છે. આજ પ્રમાણે સંપત્તિના સંબંધમાં છે. ભલે આજે ઘરમાં ખાવાનું પણ ન હોય તે છતાં એ દરિદ્રતાનું ચિંતન છોડી શ્રીમંતાઇના વિચારો જે મનુષ્ય પોતાનામાં પ્રકટાવેછે તે અલ્પ સમયમાં પોતાની દરિદ્રતા દૂર કરેછે. આ કાંઇ શેખચલ્લીના વિચારો નથી. તેની સત્યતા આપણે જયાં અનુભવી નથી ત્યાં સુધી આપણને તેવા લાગેછે. પણ કાળે કરીને પણ આ વિચારને પોતાનામાં પ્રકટાવ્યા વિના મનુષ્યનો છૂટકો નથી કેમકે તે જે માગેછે તે આપનાર આજ માર્ગછે.

કાર્યસિદ્ધિમાં મનુષ્યને બે બાબતની પ્રથમ જરૂર પડે છે. ૧ સારા વિચાર. ૨ સુખના પ્રસંગોના આંતરમનસ્થ દૃશ્યો અને ક્રિયા. આ બે સાધનો વડે મનુષ્ય ધારે તો ગગનમાં ઉડી શકેછે. વિચાર ક્રિયા વગર પાંગળોછે. એટલે વિચારની પાછળ ક્રિયા તો જોઇએ એ ખાસ સ્મરણમાં રાખજો. મને સુખ આવી મળશે એમ વિચારીનેજ કામ ધંધો છોડી બેસી રહેનાર મનુષ્ય તો આળસુ કહેવાયછે. સુખ આવી મળશે

એમ વિચારી તે સાથે પ્રયત્ન કરનાર મનુષ્યજ સુખનો અધિકારી થાયછે.

જગતની માયા જીતવાનો એક સર્વોત્તમ માર્ગ છે. સ્વરૂપચિંતન અનેતટસ્થ વૃત્તિ. જેમ પાણીના મધ્યમાં કમળ હોવા છતાં તેને જળનો સ્પર્શ નથી તેમ સંસારના દૃષ્ય વિષયો વિકારોની છાયાં આપણે તટસ્થ રહી જોવી જોઇએ. જે તેમ કરેછે તેણે ખરી માયા જીતીછે. આ તટસ્થ વૃત્તિ કેવી રીતે કેળવાય ? જગતના મનુષ્યો તરફ જુઓ. હજારો જન્મેછે. હજારો મરેછે. નિત્ય આમ થતું ચાલ્યું આવેછે તમારી નજરે પણ તે જુઓછો પણ તેનાથી તમને હર્ષ શોક કાંઇ થતો નથી, તેનાથી ઉલટું તમારાજ ઓળખીતા અથવા સ્નેહીમાં કોઇ જન્મ મરણ થાયછે તો તમને હર્ષ શોક થાયછે. આનેજ માયા કહેછે. તટસ્થ વૃત્તિ રાખીને આજ માયા જીતવાનીછે.

સુખસાધક વિદ્યાના થોડા સિધ્ધાંતો હવે તમને સમજાવીશું.

તમે માંદા હો તો હું માંદો છું મારૂં શરીર બલહિન થઇ ગયું છે એવો ભાવ કદી પણ મનમાં લાવશો નહિ. કોઇ કહે તો સાંભળશો પણ નહિ અને હું ચૈતન્ય સ્વરૂપ છું હું આરોગ્ય સ્વરૂપ છું એવીજ ભાવના આંતરમનમાં દૃઢ કરશો.

તમે દરિદ્ર હો તો તમારા દરિદ્રની વાત કોઇને કહેશો નહિ. દરિદ્રતાને ખૂણામાંજ દાટી દેશો અને હું સંપત્તિવાન છું એ ભાવ હૃદયમાં જાગ્રત રાખશો.

હમેંશા સ્મરણમાં રાખશો કે આંતરભૂમીમાં જે બીજ નાંખવામાં આવે છે તેજ ધીમે ધીમે મોટું વૃક્ષ થઈને ઉભું રહે છે.

નવીન રચવાના બળને સર્જન સામર્થ્ય કહે છે. અને તે ઇશ્વરી સામર્થ્ય છે. પ્રત્યેક મનુષ્યમાં તે સામર્થ્યના અંશ રહેલા છે. મોટી ઈમારતો અને રાક્ષસી પુલો જે બાંધવામાં આવે છે તેની પ્રથમ કલ્પના મનુષ્યના મગજમ જ આવે છે. આ સર્જન સામર્થ્યના બળ વડે તે પ્લાન તૈયાર કરે છે અને પછી તે કાર્યની સરૂઆત કરે છે. તેથી તમારે જે વસ્તુ મેળવવાની ઈચ્છા હોય તેના સર્જન સામર્થ્યને પ્રથમ રચો પછી તેને સ્થુલરૂપમાં બહાર મૂકી તે પૂર્ણ કરવાના સાધનો યોજતા જાઓ.

જે મનુષ્ય આ પદ્ધતિનો આશ્રય લીધા વિના પોતાના કાર્યનો આરંભ કરે છે. તે તેમાં નિષ્ફળજ જાય છે. જે ધંધાની આપણને પુરે પુરી માહિતી નથી તેમાં કદી પણ ઝપલાવું નહિ. જે કામનો અને જે ધંધાનો આરંભ કરવો હોય તેમાં પ્રથમ સંપૂર્ણ માહિતી મેળવ્યા પછીજ તે સ્વીકારવો. મારો મિત્ર આ ધંધામાં ફાવે છે એટલે હું પણ ફાવીશ એ વિચારે તો કાર્યારંભ કદીજ ન કરવો.

આ મહત્વની બાબત ઉપર તો કોઇનો વિચાર સરખોજ જતો નથી. મારાં પડોસમાં ચાહનું હોટલ છે અને તે ખુબ પૈસા કમાયછે ત્યારે હું પણ તેવું કેમ ન કરૂં. [illegible]

છાપખાનાવાળો પ્રેસ ખોલી આટલું કામ કરે છે. ત્યારે હું કેમ ન કરૂં. મારોજ ભાઇ કાપડમાં આટલો ફાવ્યો ત્યારે હું કેમ ન ફાવું એવીજ દેખાદેખી સ્પર્ધા અને હરીફાઇ આપણામાં જોવામાં આવે છે. પોતાની યોગ્યા યોગ્યતાનો કોઇ વિચાર કરતું નથી. અને સને ૧૯૧૮-૧૯માં જેમ એકદમ પૈસાદાર થઇ જવાને માટે અને દેશનું દરિદ્ર આજેજ ફીટાડી નાંખવાને માટે શેરીઆ પાશેરીઆનો નાદ તેમ નવી કંપનીઓ ઉભી કરવાનો નાદ લાગ્યો હતો અને જેનું પરિણામ નિષ્ફળ તામાં કંઇ કેટલી કંપનીઓ લીકવીડેશનમાં ગયાનું અને શેરીઆઓએ ખુધવારીયાનો આશ્રય શોધવાનું આવ્યું છે. આજ પ્રમાણે પોતાની માહિતી વગર વેપાર કરવાથી દશા થાયછે.

શું તમને ધન પ્રાપ્તિની ઇચ્છા છે. વ્યવહારમાં ધનની પગલે પગલે જરૂર પડેછે. અને સઘળા પ્રકારની મહેનત મજુરી તેને માટે થાયછે. તમારી ઇચ્છા પૂર્ણ કરવાનાં કેટલાક સરળ નિયમો જણાવીશું.

હમેંશા ધનની બહુ આસક્તિ રાખશો નહિ. પૈસો મારો પરમેશ્વર એમ માની વર્તનાર કંજુસ મનુષ્ય કદી મોટો શ્રીમાન થઇ શકતો નથી. આસક્તિ એજ દુઃખનું મૂળછે. પૈસા ઉપરથી મમત્વ છોડીદો તો તમારી પાસે તે એની મેળે ચાલ્યા આવશે. આ એક નવો પણ સત્ય નિયમ છે. તેને જાણી ગભરાશો નહિ. પઇ પઇના ચોર થવાથી કાંઇ મોટા

શ્રીમાન થવાનું નથી. શ્રીમાન થવું એ વૃત્તિની ઉદારતા ઉપર આધાર રાખેછે. જે પૈસાને માટે મરી મથેછે તેનાથી પૈસો દૂરને દૂર જતો અનુભવાયછે. માટે તમારે તો એ મમત્વ છોડી પૈસો પ્રાપ્ત કરવાના માર્ગ યોજવા. દ્રવ્ય પ્રાપ્તિનો રાજ્ય માર્ગ અનુકૂળ ઘોતનછે. હું ગરીબ છું હું ગરીબ છું એમ કહેવા માત્રથી કાંઇ તમારી નિર્ધનતા ટળશે નહિ. તમારી યોગ્યતા હશે તોજ એ તો ટળી શકશે. અને ઘોતનોની કળા સિદ્ધ કરીને માણસ કેવી રીતે આગળ વધેછે તે બે ત્રણ દૃષ્ટાંત આપી સમજાવીશું.

શિશિરકુમાર જાહેરખબર મેળવવાના કેન્વાસર તરીકે કામ કરેછે, એક મોટી દુકાનમાં જાયછે. અને કહેછે. શેઠજી હાલમાં એક આ નામનું પુસ્તક છપાયછે તેમાં આપની જાહેર ખબર તો આપવી નથીને? પેલા દુકાનદાર શેઠ તરતજ કહેછે કે ના ભાઇ હાલમાં કાંઇ વિચાર નથી. હવે બે કલાક રહીને વિનયચંદ્ર ત્યાં જાયછે? અને બોલેછે શેઠ કેમ થંડા બેસી રહ્યાછો? આજનો જમાનો તો બોલી બતાવવાનોછે. તમારા માલની જાહેરાત હાલ છપાતા આ પુસ્તકમાં આપો અને પછી જુઓ ઓર્ડરોનો સપાટો. લોકોને ચીંથરા જેવો માલ હોયછે તે પણ જાહેરખબરથી ઢગલા બંધ ખપેછે ત્યારે તમારા આવા સરસ માલનો ઉઠાવ કેમ ન થાય. જુઓ જાહેરખબરના ભાવો પણ સસ્તા રાખેલાછે. આ પ્રમાણે અનેક વાત જણાવેછે અને પરિણામમાં જાહેરાત લઇનેજ જાયછે.

તમારો શેઠ તમારો પગાર વધારતો નથી તો તમે કહોછો શેઠ મારો પગાર વધારતા નથી. હવે તો વધારી આપો- ક્યાં સુધી એમને એમ ચલાવશો. શેઠ ઉત્તર આપેછે. ભાઇ થોડો સમય એમ ચલાવો આગળ ઉપર જોઇ લેવાશે. હવે બીજો માણસ થોડીવાર રહી શેઠ પાસે આવેછે અને જણાવેછે. શેઠ આજકાલની મોંઘવારીમાં મારૂ પુરૂં થઇ શકતું નથી. માથે કેટલુંક કરજ પણ થયુંછે છતાં આપની નોકરી ઉત્તમ રીતે બજાવુંછું હું જાણુંછુંકે મારા શેઠ કદરદાનછે અને મારા કાર્યથી સંતોષ થઈ મારે વગર માગ્યેજ પગારનો વધારો કરી આપશે. તરત શેઠ જણાવેછે કે જા ભાઈ આ મહિનાથી પગારમાં ૧૦ કે ૨૦ રૂ. નો વધારો ગણીશું

આજ પ્રમાણે ઘોતનોની અસર ધંધાની તેમ નોકરીની અંદર પણ થઈ શકે છે. અમેરિકામાં મોટા મોટા સ્ટોર રાખવામાં આવેછે તેની અંદર કોઇ મનુષ્ય જાય તો તેણે અમુક વસ્તુ લેવીજ પડેછે તેનું ખરૂ કારણ ત્યાંના સેલ્સમેનોજ છે. જોવા આવનારને તેઓ અનેક ચીજો બતાવેછે, આ તો તમારે ઘણી જરૂરનીછે. આના વિના તમારે ચાલે એમજ નથી. આની તો કીમ્મત ઘણીજ સસ્તીછે એમ કહેછે પરિણામમાં પેલા જોનારને એકાદ વસ્તુ લેવાનું મન થઇ જાયછે અને તેની ખરીદી તે કરેછે.

પૈસો પેદા કરવાને માટે જેમ ઉપર જણાવ્યું તેમ ઘોતનોની જરૂર તેમ તેને સંગ્રહી રાખવાની પણ અગત્ય

છેજ. હજાર રૂપૈયા કમાતા હોઇએ અને હજારે હજાર ખરચી નાંખીએ તો કદીજ ધનવાન થવાતું નથી. અને હાલત જેની તે રહે છે. બધા દિવસો કાંઇ સરખા જતા નથી તેથી માણસે પોતાની કમાઇમાંથી અમુક ભાગનો સેવીંગ ખાતે રાખવોજ જોઇએ. જેમ બહુ કંજુસ ન થવું તેમ બહુ ઉડાઉ પણ ન થવું. આવક ખર્ચનો હીસાબ રાખવો અને હમેંશા આવક કરતા ખરચ ઓછો રાખવો. જે આ બાબત પ્રથમ વિચાર કરતા નથી તે આખરે પણ પસ્તાય છે.

એકદમ પૈસાદાર થવાની લાલચે કદી સટ્ટો કરવો નહિ. સટ્ટામાં કંઇના ઘર બહાર હરાજ થઇ પાયમાલ થયા છે. અનેકના ભોગે એક શ્રીમાન થાય તો તે શ્રીમંતાઈ ઝાઝો વખત ટકતી નથી. તે મનુષ્યને એકદમ પૈસા મળેલા હોવાથી અનેક પ્રકારના મોજ શોખમાં તે પડી જઇ આવેલા પૈસાનો રસ્તો અલ્પ સમયમાંજ કરી નાંખે છે. માટે હમેંશા નિયમાનુસાર આગળ વધવું. પ્રમાણિકપણે મેળવેલા પૈસાજ હમેંશા ટકી રહે છે. અને તે સુખેથી વપરાય છે એ ખાસ નિયમ ધ્યાનમાં રાખવો.

આટલા સરળ નિયમોનું જો તમે પાલન કરશો તો પૈસાની હાડમારી તમારે કદી પણ વેઠવી નહિ પડશે. કે કોઇનુ કરજ પણ કરવું ન પડશે. કરજ કરવું એતો એક બ્રહ્મહત્યા સમાન છે. મનુષ્યને દુઃખમાં નાંખનાર ઉન્નતિ પંથમાંથી ગબડાવી પાડનાર એક કરજ છે. તે લાગ્યા પછી

છૂટવું પણ મહામુસીબત થઇ પડે છે તેથી વિચારવાન માણસે કરજ તો કરવુંજ નહિ.

૧૩

સુખસાધક વિદ્યાના થોડાં સૂત્રો ઉપર આપણે વિવેચન કરીશું ? જે મુક્તિને આપે તેજ સાચી વિદ્યા છે. તે નિયમ અનુસાર જે વિદ્યા મુક્તિને આપે છે તે સુખને પણ આપે છે જ. સુખ વગર મુક્તિ નથી મુક્તિ વગર સુખ નથી. એક બીજાને અન્યો અન્ય છૂટો ન પાડી શકાય તેવો સબંધ છે.

આ સુખસાધક વિદ્યાના અભ્યાસથી મનુષ્યને સુખ સંપત્તિ જ્ઞાન અને આરોગ્ય આવી મળે છે. તમારી વાણીની સુખ સાધક ક્રિયા થાય છે કે દુઃખ સાધક તેનો વિચાર કરો. વાણીના સામર્થ્યને તમે જાણો છો ખરા કે ? જો જાણતા હોત તો તેનો દુરૂપયોગ કદીજ ન કરત. આથી વાણીના સામર્થ્યનો વિચાર કરો. તમારી વાણી અન્યની નહિ પણ પ્રભુની વાણી છે. અખૂટ સામર્થ્ય તેમાં ભરેલું છે. તેનો વાસ્તવ ઉપયોગ કરી ન જાણવાથી તમે સામર્થ્ય વગરના રહયા છો.

જે વચન બોલો તેનો પૂર્ણ વિચાર કરો. સામા મનુષ્ય ઉપર તેની અસર શી થશે તે જુઓ. વાણી રૂપ ધાતુનું હથીયાર એવું કાતિલ છે કે તે જેના અંતઃકરણ ઉપર ચલાવવામાં આવે છે તે વિદિર્ણ થઇ જાય છે. કેવળ

છે કે શસ્ત્રનો ઘા રૂઝાય પણ વાણીનો ઘા રૂઝાતો નથી. તમને જે વસ્તુનો અણગમો હોય તે પણ બીજાની આગળ બોલી બતાવાની તમારે કંઈજ જરૂર નથી. કેમકે તમને જે અણગમતી હોય તે બીજાને ગમતી હોય છે. તો આપણને જે ન ગમે તેનો ત્યાગ કરવો પણ તેને વખોડ વખોડ કર્યા કરવું નહિ.

દાખલા તરીકે તમારાજ ઘરના નોકર સાથે તમને બનતું ન હોય તો જેના તેના આગળ તેને વખોડવાથી શું તમે એમ ધારો છો કે તમે તેને સુધારી શકશો ? નિશ્ચયપૂર્વક જાણજો કે તેનાથી તે સુધરશે તો નહિ પણ ઉલટો તમારા તરફ અણગમો થશે. જેની સાથે ન બન્યું તેને તરત રજા આપવી એ સર્વોત્તમ છે પરંતુ આ પ્રમાણે ટીકા કરવાનું કામ તો કોઇ રીતે વાજબી નથી. તે સાથે એટલું પણ સ્મરણમાં રાખજો કે કોઇની પણ પીઠ પાછળ બોલશો નહિ એવા કેટલાક મનુષ્યો જોવામાં આવ્યા છે કે તેઓ મોઢે તો ભલા રહે છે પણ પાછળથી તેનુ જડમૂળથી ઉખેડી નાંખે છે. ઉન્નતિ માર્ગમાં આગળ વધવાની ઇચ્છાવાળા મનુષ્યે આ રીત પણ છોડી દેવા યોગ્ય છે.

તમારા અંતરને જે સત્ય જણાય તેનો નિર્ણય કરી સ્વીકાર કરો. પરંતુ પછીથી એ સત્ય બીજા કેમ ગ્રહણ કરતા નથી એવો દુરાગ્રહ રાખશો નહિ. સત્યનો સ્વીકાર વહેલો કે મોડો સર્વ ઠેકાણે થયા સિવાય રહેવાનો નથી

તો પછી તમારે નકામી દોડાદોડ શા માટે જોઇએ ? હું જાણું છું કે તમને દૂધપાક ભાવતો નથી. તો પછી દૂધપાક મને ભાવતો નથી એમ બોલ્યા કરવાની તમારે શી જરૂર છે ? તમને ન ભાવે તો ન ખાશો. પરંતુ જેને ભાવે છે તેના દીલમાં અણગમો કરવાનો તમને શું હક છે ? દરેક મનુષ્ય આજે પોતે પોતાનું સંભાળે તો બસ છે. દેશની દરિદ્રતાની પણ બૂમ ન રહે અને જે જોઇએ તે આવી મળે. તીખા તમ તમા પદાર્થો તમે નથી ખાતા તો ભલે તમે મોળું ખાઓ પણ જેને તે ખાવાની ટેવજ પડી ગઇ છે. તેને જમતી વખત કંઇ ન કહેતા.

હમેંશા સમય જોઇ આપેલો બોધ અસર કરતા થાય છે. એક દારૂ પી ચકચૂર થઇ આવનાર મનુષ્યને તમે દારૂ-નિષેધના ભાષણો સંભળાવશો તો તેની કંઇજ અસર ન થવાની જ્યારે તે કેફ રહિત હોય છે તે વખત એને દારૂના ગેરફાયદા જણાવ્યાથીજ તે પોતાની ખરાબ ટેવ છોડી શકે છે. મનુષ્યે લાગણી વગરના થવું અને પોતે પોતાનુંજ હિત સાધવું એવું કહેવાનો આ સ્થલે ભાવ નથી અને જે એવા અનુમાન ઉપર આવે છે તે ભૂલ કરે છે. પાછળ રહેલા માણસો પણ આપણા ભાઇઓ છે. તેમને ઉંચે લાવવા તેમને સુધારવા એ ખાસ આપણી ફરજ છે. પણ એ ફરજ બજાવતાં જતાં આપણું અધઃપતન ન થાય એજ વિચારવાનું છે. અને જે કાંઇ જાણવું તેને પોતાનામાંજ અનુભવ કરવો

એ પોતાના સિધ્ધાંતને ફેલાવવાનો મુખ્ય ઉપાય છે. અનુભવ એ એક મૂક બોધ છે. અને સર્વત્ર તેની અસર વિજળીની માફક થાયછે.

બીજાની કહેલી એક વાત જ્યારે મનુષ્ય કરેછે ત્યારે પાંચ મનુષ્ય સાંભળેછે. પોતાની જાણેલી વાત કરેછે ત્યારે તેને સો માણસ સાંભળેછે. અને પોતાની અનુભવેલી વાત જ્યારે બીજાને કહેવાય છે ત્યારે હજાર મનુષ્ય સાંભળેછે. અનુભવનો વિષયજ જુદોછે. વાતોનો પટપટારો તેમાં નથી.

દરિયાને કાંઠે રહીને, મોની તણી મોટી મોટી વાતોને જ્યાં ત્યાં
જોયા કરતારે જી.
ડુબકી મારીને મુઠો મોતીનો લાવેલો, જોયો ન પૃથ્વિ બધી ફરતાં
આ વિશ્વમાં

આ વચન અનુસાર જગત વાતોમાં આગળ ઘણું વધ્યું છે. અનુભવમાં મીડુંજ છે.

જગતમાં દ્વેષ અને તિરસ્કારની લાગણી ફેલાવવી સુખસાધનનું કામ નથી. અને આજે તો શું જોવામાં આવેછે. રાજા પ્રજા વચ્ચે, પિતા પુત્ર વચ્ચે, પત્ની પતિ વચ્ચે, એમ એક બીજા વચ્ચે તિરસ્કારની લાગણી વધતીજ જાયછે. સેતાની સરકાર આટલી જુલમગારછે એવું બોલાયછે. મારો ડોસો મરતોએ નથી એમ પુત્ર તરફથી બાપને માટે બોલાય છે ત્યારે આ પુત્ર કરતાં હું વાંઝીયો રહયો હોત તો સારૂં

એમ પિતા તરફથી પુત્ર માટે બોલાયછે. તિરસ્કાર શબ્દો કંઇ પાર રહ્યા નથી. પરંતુ એટલું નક્કી છે કે આ વૃત્તિને જાગ્રત રાખવાથી સમાજ કદી ઉન્નતિપદમાં સ્થપાઇ શકશે નહિ, આજે કદાચ આ વચનોની સત્યતા ન જણાશે તો ભવિષ્યની પ્રજા જોશે કે આમાં સત્ય શું છે?

મનુષ્યને સુધારવાના સુખ સાધક ઉપાયો પણ છે. અને તે આબાદ અસર કરી શકે છે. તેનાથી આગ્રહ બિલકુલ થતો નથી. પણ પ્રેમથી તે માણસ સુધરેછે. દાખલા તરીકે તમારો એક પુત્ર દાંતની સ્વચ્છતા બરોબર રાખતો નથી તો તેને સાળા બેવકુફ દાંત સાફ કેમ કરતો નથી, બોખો થઇ જઇશ. એમ કહેવાને બદલે તે ઉભો હોય તો એનાં સાંભળતા એમ કહો કે ભાઈ રતિલાલના દાંત કેવા સરસછે. રોજ સવારમાં તે સાફ રાખેછે એટલે કેટલા ચળકેછે. વૃદ્ધાવસ્થામાં તેને દાંત વગરના થઇ ફરવું નહિ પડે.

આજ પ્રમાણે તમને જે બાબતમાં રુચિકર ન થતું હોય તેને માટે ટીકા કરવાની છોડી દઇ તમારા વર્તનથીજ તે કરી બતાવો. બીડી પીનાર મનુષ્ય આગળ બીડીના ગેરફાયદા સમજાવવા, તે પીવાથી આમ અજીર્ણ થાયછે અને કાળજું બળેછે એમ જણાવવા કરતાં એક સુદૃઢ માણસનું ચિત્ર દોરો અને તેની નીચે લખો કે આ માણસ બીડી પીતો નથી અને તેથી પોતાના આરોગ્યને જાળવી રાખવા શક્તિમાન થયોછે, તેનાં ફેફસાં પણ મજબુતછે, કામનો થાક તેને લાગતો

નથી અને ખાધું ન પચવાની ફરીયાદ પણ કરવી પડતી નથી. તમારૂં પોતાનું વર્તન નિષ્કલંક રાખો. એક શબ્દ પણ તમારે માટે કોઇને કહેવો પડે તો જાણજો કે હજી મારામાં અમુક અપૂર્ણતા છે. આ અપૂર્ણતા દૂર કરવા પ્રયત્ન કરજો પરંતુ તે કહેવા આવનાર માણસને ઉતારી પાડશો નહિ.

બુદ્ધિનો ઉત્તમ રીતે વિકાસ કરો. બુદ્ધિને સસ્કારહિન કરી નાંખવામાં આવે છે તો તે કાટથી ખવાઇ જાયછે. આજે દુઃખ અને દરિદ્રતા જે કાંઇ જોવામાં આવેછે. તે બુદ્ધિની જડતાને લીધેજછે. પરમેશ્વરની સૃષ્ટિમાં સર્વ મનુષ્ય સુખ સંપન્ન થઇ શકેછે.

સમાજ તરફ જોતાં મનુષ્યના મન ઘણે ભાગે હમેશાં નીચી ભૂમીકા તરફ ઢળી ગયાં છે. આનું કારણ શું ? હંમેશા નીચી ભૂમીમાં જવું ઘણું સહેલ છે. ઉંચે ચઢવામાંજ મુશ્કેલી છે. કોઇ એક મોટા શહેરમાં જાઓ અને જુઓ. ચાહની દુકાનમાં સો માણસ બેઠાં હશે ત્યારે એક સારા પુસ્તકાલયમાં વીશ પચીશ માણસો પણ ભાગ્યેજ જણાશે. આ સર્વ બુદ્ધિની જડતાને સૂચવેછે, એવી જડતા તમારામાં જરાપણ રહેલી હોય તો કાઢી નાંખશો. હંમેશા મનને ઉચ્ચ ભૂમિકામાં રમાડો. જે મઝા ગગન વિહારી થવામાં છે તે ભૂમીતલમાં ભટકાવામાં નથી. તમે તો માનસ સરવાસી હંસનો ચારો ચરનારા રાજહંસ છો. તમારો ચારો ગંદરૂપ મસ્ત્ય નહિ પણ સાચા મોતીનોછે.

ગમે તેવી પ્રતિકૂળ સ્થિતિમાં પણ અનુકૂળતા ઉપજાવી લેતાં શીખો. વ્યવહારની નાની નાની બાબતોમાં પણ આ ગુણને કેળવો. હમેંશા એટલું તો માનજોજ કે પ્રતિકૂળતા એ સ્થાયી રહેનારી નથી. ત્યારે જે ચલ છે, ઘડી પછી જેનો નાશ નક્કી છે તેનાથી અંતઃકરણ ને વિકલ કરવાનું શું પ્રયોજન ? તમારી પ્રતિકૂળતા ડાહ્યા ડમરા થઈ જેના તેના આગળ કહેતા ફરશો નહિ. એ સાંભળવાને માટે જગત બેસી રહ્યું નથી. તમારી પ્રતિકૂળતાની અનુકૂળતા તમારા પોતાના પ્રયત્ન વગર કોઈ પણ શક્તિ કરી શકવા સમર્થ નથી. જે સહાય મળે છે તે તમને કોઇ એમને એમ આવીને આપતું નથી પરંતુ તમારા પ્રયત્નથીજ તમને આવી મળે છે.

નિર્ધનતા, રોગ, દુઃખ, ભય, સંતાપ વીગેરેની વાતો જ્યારે તમે કરો છો ત્યારે તમે દ્વિધા અહિત સાધો છો. એક તો તે જેને સંભળાવો છો તેનું અહિત સાધો છો અને બીજું તમારા મુખથી તે શબ્દો બોલી તેનું વાતાવરણ તમારી સન્મુખજ રચી તમે પોતે દુઃખ પામો છો.

સુખ સાધક વિદ્યા આને માટે શું કહે છે.

"જેઓ મજુરી કરીને, અને ગદ્ધા વૈતરું કરીને નિર્ધનાવસ્થામાં પોતાનું જીવન ગાળે છે અને જેઓને દિવસમાં એકવાર પણ પેટ ભરીને પુરું ખાવાનું મળતું નથી

તેમની ભયંકર અને દુઃખદ સ્થિતિના વર્ણનો જ્યાં ત્યાં કર્યા કરતાં ભવિષ્યમાં આવનાર સંપત્તિના દિવસોમાં જેઓના જીવન હશે તેમની આનંદજનક અને સુખદ સ્થિતિના વર્ણનો જ્યાં ત્યાં કરો. તમે સચિત્ર વર્તમાન પત્ર કાઢતા હો તો દુકાળીયાના ચિત્રો પ્રતિ અંકમાં પાડી પાડીને લોકોના હૃદય ભયાકુલ ન કરો પણ સુકાળના સમયના આબાદાની ભરેલાં ચિત્રો પાડીને પ્રજાના હૃદયમાં આનંદને અને ઉત્સાહને જાગ્રત રાખો.

"ભવિષ્યમાં આવનાર સંપત્તિના દિવસો માટે પ્રયત્નશીલ થવાનો એક પણ મનુષ્યમાં જો તમે ઉત્સાહ પ્રકટાવશો તો દુઃખી મનુષ્યોના દુઃખનું સાંત્વન કરવાને મલમપટા અને ઓસડીયાં આપીને દશ મનુષ્યોને તમે જગતમાં ફેરવીને જગતનું જેટલું હિત કરશો તેનાં કરતાં વધારે હિત કરશો.

"પરતંત્ર મનુષ્યોની પરતંત્રતાનાં દુઃખોનાં હૃદયવેધક વર્ણન કરવાં કરતાં પરતંત્ર મનુષ્યોને સ્વતંત્રતાના સુખોનુંજ વર્ણન કરી બતાવો.

"દારૂ પીનારાઓને દારૂ પીવાથી થતાં દુઃખો ન વર્ણવી બતાવો, પરંતુ દારૂ ન પીનારાના સુખનાંજ સુંદર ચિત્રો તેમની દૃષ્ટિ સમીપ રજુ કરો.

"બાળલગ્નથી થતી હાનિમાં વ્યાખ્યાનો અથવા લેખો જેટલો લાભ કરે છે તેનાં કરતાં મોટી ઉમરે લગ્ન કરવાથી

થતા લાભના રમણિય વર્ણનો અને વ્યાખ્યાનો શ્રોતાને વધારે લાભ કરે છે.

"અજ્ઞાન અને બુદ્ધિની જડતાથીજ લોકો દુઃખની અને પરતંત્રતાની બેડીને સહન કર્યા કરે છે. તેઓ જ્યારે વિચાર કરવા માંડશે ત્યારે જેની તેઓ ઇચ્છા કરશે તેને તેઓ પ્રાપ્ત કરી શકશે.

"અને તેમના કાટ ખાઇ ગયેલા માનસયંત્રો પાસે વિચાર કરાવવાનો ઉપાય સંપત્તિની તથા ઉત્સાહ વર્ધક વાતો કરવી એ છે.

જન સમુદાયનું હિત કરનાર જે તત્વજ્ઞાન તે આ છે.

આ મહાન જ્ઞાનને તમારા જીવનમાં આજથીજ ઉતારવાના અભ્યાસને સેવો. અને સુખસાધક વ્રતને સ્વીકારો. થોડાજ સમયમાં તમને શિખરે સ્થિત થએલા અનુભવશો.

સુખસાધકવ્રતને સ્વીકારી તમારે શું કરવાનું છે? પૂર્વે જણાવ્યું તેમ જેની તેની આગળ અનુકૂળ સ્થિતિનું તેના સુખના દિવસોનું ભાન કરાવવાનું તમારૂં મુખ્ય કર્તવ્ય છે. હવે તેની સાથે કઇ પ્રવૃત્તિ તમારા વ્રતને વિઘાતક છે તે પણ જણાવીએ.

તમારાજ ઘરનું એક બાળક નુકસાન કરીને તમારી પાસે અત્યારે આવ્યું છે? તમે તેને ધમકાવો મારો અને બીજાં અનેક કટુ વચનો કહો તેથી શું તમે એમ ધારો છો કે તે બાળક સુધરી જશે? તમારા સુખ સાધક વ્રતને

તમારૂં આ વર્તન તોડી નાંખે છે. બાળકે જે નુકસાન કર્યું તે કાંઇ ધમકાવવાથી નુકસાન ન થયું એમ થવાનું નથી જે થવાનું છે તે થયું છે. તો એ પ્રસંગને જતો કરી ફરી તે ભૂલ ન કરે તે માટે સમજાવવું જોઇએ એજ તમારૂં કર્તવ્ય છે.

તેના આંતરમન ઉપર જો તમારા સમજાવવાની અસર થએલી હોય છે. તો કદી ફરીથી તે નુકસાન કરતુંજ નથી.

તમારી સામે કોઈ માણુસ વાત કરતા કરતામાં તપી જઈ ક્રોધ કરે તો તેના સામા ક્રોધ કરવાની તમારે કંઇજ જરૂર નથી. જો તમે તે વખત શાંતિ રાખો છો. થોડોજ સમય શાંત રહી જવાબ આપ્યા વિના તમારા કર્તવ્ય કર્યા કરો છો તો એ માણુસ એની મેળેજ શાંત થઇ જાય છે. વ્યવહારમાં એવા પ્રસંગો પણુ જોવામાં આવે છે કે કોઇ કોઇ માણુસ પોતાના આજુબાજુના બાહ્ય પરિવેષ્ઠનોને લઇ જરા જરા વારમાં પ્રાપ્ત શાંતિને ગુમાવી અશાંત થાય છે. તેને સુધારવાનો સર્વોત્તમ ઉપાય એજ છે કે તે ભલે અશાંત થાય. ઘરના માણુસોએ તેની ઉપેક્ષા કરવી અને પ્રાપ્ત કર્તવ્યોને શાંતિ પુર્વક કર્યાં કરવાં. જ્યારે તેના અશાંત થવાથી આપણે પણ અશાંત થઇએ છીએ ત્યારેજ કલેશનો પ્રસંગ આવી ઉભો રહે છે.

દિવસે સુવાની ટેવ હાની કરનાર છે. શરીરમાં જડતા લાવે છે. એમ તમે માનતા હો અને કોઇને કહેવું હોય તો

તમે દિવસે સુઇ ન રહેશો એમ કહેવાને બદલે એમ કહો કે જે માણસ દિવસે સુતા નથી તે બળ સંપન્ન હોય છે. કામ કરવાની શક્તિ તેનામાં વિશેષ હોય છે. દિવસમાં તે ઘણા ઉપયોગી કાર્યો કરી શકે છે. આ પ્રમાણે દિવસે સુઇ ન રહેવાથી થતા લાભો વર્ણવી બતાવશો.

હદ ઉપરાંત ખાવાથી માણસ માંદો પડે છે. વિવિધ વ્યાધિઓનો ભોગ થાય છે એમ જણાવવાને બદલે જે મનુષ્ય જરૂર કરતાં પણ એક ગ્રાસ ઓછું ખાય છે. તે સુદૃઢ આરોગ્યવાળો હોય છે. વૈદ્ય ડોકટરની દવાના બીલ તેને ચૂકવવા પડતાં નથા. પોતાનાં દરેક કામો તે સ્ફુર્તિથી કરી શકે છે. આ પ્રમાણે મિતાહારના ફાયદા કહી બતાવો.

મનોવિકારને વશ થઇ અવિહિત માર્ગને આચરનાર એક સ્ત્રી અથવા પુરૂષની આગળ કુલટા સ્ત્રી અને પુરૂષનાં વર્ણનો તેમની પ્રથમની રીત ભાત, મોહવશ થઇ તેમને હાથે થતાં નઠારા કામો, અને છેવટમાં તેમને પડતાં દુઃખોના દૃષ્ટાંત આપવા કરતાં એક સદ્ગુણી સ્ત્રી અથવા એક સદ્ગુણી પુરૂષ પોતાના સદ્ગુણના પ્રભાવથી શું શું કરી શકે છે તેનાંજ દૃષ્ટાંત આપો તેની અસર આબાદ થશે.

આજકાલ જગતમાં તો ઘણે ભાગે ઊંધો પ્રકારજ વર્તી રહેલો લાગે છે. વર્તમાન સમયના કેટલાક નાટકો તથા નવલકથાઓ જુઓ. તેમાં પ્રથમ તો મનુષ્ય મોહવશ થાય

છે તેનાંજ દૃષ્ટો બતાવવામાં આવે છે. તે વખતના હાવભાવો પ્રેમ કટાક્ષો વીગેરેનું વર્ણન સુલલિત ભાષામાં થએલું હોય છે. પછી પાછળથી તેની ભૃષ્ટતાનું પુરેપુરૂં દૃષ્ય બતાવી સુધરવાનો ઉપદેશ અપાય છે. આ પદ્ધતિ યોગ્ય નજ કહી શકાય. કેમકે એક રીતે તો સદ્‌ગુણી મનુષ્ય તે દૃષ્ય જેટલો વખત જુએ છે. અથવા વાંચે છે. તેટલો વખત તો એ સંસ્કારોને પોતાનામાં નાંખેજ છે અને તેનું પરિણામ શુભ આવતું નથી. સીનેમામાં ચોરોના હેરત ભરેલા કામોના દેખાવ જોઈ કલકત્તા જેવા શહેરોમાં તેજ પ્રમાણેની ચોરીઓ થતી અવરનવર આપણા વાંચવામાં આવે છે.

મનુષ્યને જે વસ્તુનું જ્ઞાન આપવાની જરૂર નથી તેનાજ સંસ્કારો તેનામાં વારંવાર દૃઢાવાય તો તેના જીવનમાં એ મિથ્યાજ્ઞાનની અસર થયા વિના રહેજ નહિ એ સ્વાભાવિક છે. નેવના પાણી મોભ ઉપર ચઢાવવાં હોય તો તે મહા મુશ્કેલી ભર્યું થઇ પડે છે પણ મોભ ઉપરથી નેવ તરફ પાણીનું વલણ સ્વભાવથીજ હોય છે. આ નિયમને અનુસરી મનુષ્યના મન ભૂમીતલમાં દૃષ્ય મોહક વિષયોમાંજ રમી રહેલા હોય છે. અને કૂવામાં પડેલો દેડકો જેમ કૂવાનેજ પોતાની દુનિયા માને છે તેમ તેઓ સુખ વિષયમાંજ રહ્યું છે એમ માની પરિણામે દુઃખનો અનુભવ કરે છે. સુખ અને શાંતિના અભિલાષિ પ્રિય બંધુ અને ભગિની. વિષયરૂપ કાદવમાંજ તમારા મનને રોળી સુખ માનશો નહિ. સત્ય સુખની અચલ

ખુમારી નિર્વિષયીપણામાંજ મળે છે. જ્યાં જેને જોવું છે. જ્યાં જેનું સ્થાન છે ત્યાં તેને જુઓ. તોજ તમને તે સ્પષ્ટ થશે. કાળા કાચની અંદરથી જગતને જોશો તો તે કાળુંજ દેખાશે. જગતની તેજસ્વીતા જોવી હોય તો એ કાળા કાચ ઉપરના વિષય પડદાને દૂર કરો. મોહમુક્ત થાઓ. તમારા મનને સર્વ પ્રસંગોમાં અલિપ્ત રાખો અને તમે જે સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવા માંગશો તે કરી શકશો.

તમે શું સુખને શોધો છો ? ગુલાબનું પુષ્પ એક વખત કહેવા લાગ્યું કે મારે સુવાસ જોઇએ છે ? દીપક કહે છે મારે પ્રકાશ જોઇએ છે ? અને સાકર કહે છે કે મારે મીઠાશ જોઇએ છે ? હું ધારૂં છું કે તમે તો આ પ્રશ્ન સાંભળી તરતજ હસવા માંડશો. પણ બાપુ હસસો નહિ. પુષ્પની અને દીપકની દશા કરતાં તમારી દશામાં શું ફેર છે પુષ્પ સુવાસ રૂપ હોવા છતાં સુવાસ બહાર શોધે છે. દીપક પ્રકાશરૂપ હોવા છતાં પ્રકાશ બહાર શોધે છે તેમ તમે સુખ સ્વરૂપ હોવા છતાં સુખને બહાર શોધો છો.

કેમ આશ્ચર્યમાં પડયા ? શું મનુષ્ય સુખ સ્વરૂપ નથી ? જો તે સુખ સ્વરૂપ હોય તો જગતમાં આ બધાં દુઃખો શા માટે ? જગત તરફ જુઓ ખરેખરૂં સુખી કોણ છે ? આવી શંકા તમને થાય છે. હા, અવશ્ય થવીજ જોઇએ. કેટલાએ સમયથી તમે તમારા સુખ સ્વરૂપને ભૂલી ગયા છો. તમારા જીવનમાં તમે પોતે અને તમારા આજુબાજુના

મિત્રો-તથા પરિવેષ્ટનોએ દુઃખના સંસ્કારજ નાંખ્યા કર્યા છે. એટલે હવે તમને સુખ સ્વરૂપની બાબતમાં ભૂલી ગયા છો. ઘેટાના ટોળામાં રહેલા સિંહના બચ્ચાંની પણ એજ દશા થઇ હતી. અને જ્યારે પ્રસંગ આવતાં તેને બીજા સિંહે દરેક રીતે સમજાવ્યું ત્યારે એને સિંહપણાનું ભાન થયું હતું. તમને પણ વેદાંતશાસ્ત્ર તથા સત્પુરૂષો ડીંડીમ વગાડીને કહે છે કે તમે સ્વતઃ સુખસ્વરૂપ છો. તમારા આત્માને જાણો અને એ સત્યવાતનું તમને જ્ઞાન થશે.

જ્યાં સુધી તમે બીજાની આગળ તમારા દુઃખનું પ્રભાત ગાવાનું બંધ કરશો નહિ ત્યાં સુધી તમારી ઉન્નતિ થઇ શકશેજ નહિ. જ્યારે તમે તમારા હૃદયના ભાવ પૂર્વક એ પ્રભાત બીજાને સંભળાવો છો ત્યારે તમે તેના જીવનમાં પણ તે સાંભળે તેટલો વખત પણ દુઃખના સંસ્કારો નાંખો છો. તેનું પ્રફુલ્લ હૃદય કંઇ નહિ તો તેટલો સમય બીડવારૂપ પાપ કાર્ય તમે કરો છો. માટે તેવું કદીજ ન કરશો.

કેટલાક માણસને તો વાતની વાતમાં એવીજ ટેવ પડી ગઇ હોય છે કે તેઓ જો કે પોતાના દુઃખના સંસ્કાર તો બીજામાં નાંખતા નથી પણ ભયના સંસ્કારો નાંખે છે. દૃષ્ટાંત તરીકે ભાઇ ફલાણી જગ્યાએ તો ભૂતનો વાસો છે. તો વળી કોઇ કહેશે કે અમુક કૂવા આગળ તો ડાકણ છે. આવી રીતે નિર્દોષ માણસના અંતઃકરણમાં ભયને ઉત્પન્ન કરાય છે તત્કાળ તો એ ભયની અસર જણાતી

નથી પણ જ્યારે તે માણસને એકાકી તે જગ્યાએથી આવવાનું થાય છે ત્યારે પેલા સંસ્કારો જાગ્રત થાય છે. અને એ માણસ બ્હીએ છે.

આથી જગતમાં વિરોધી ભય સૂચક વાતાવરણ ઉત્પન્ન કરવાની તમને ટેવજ પડી ગઇ હોય તો તે બંધ કરશો. સર્વત્ર આનંદ ઉત્સાહ પ્રસરાવશો. તળાવમાં એક કાંકરો નાંખવામાં આવે તો તેમાં કુંડાળુ ઉત્પન્ન થાય છે તેમાંથી બીજું ત્રીજું એમ થઇ તે વર્તુલનો અંત આવે છે તેજ પ્રમાણે તમારા ભયના શબ્દો જ્યાં ત્યાં ભયનેજ ઉત્પન્ન કરતા જાય છે. આજ પ્રમાણે તમારા ઉત્સાહના શબ્દો જ્યાં ત્યાં ઉત્સાહ અને આનંદનેજ પ્રકટાવે છે, અશુભ ચિંતન કદી ન કરશો તેમ કોઇને કરવા દેશો નહિ. આટલું સરળ વ્રત તમે જો જીવનમાં સ્વીકારશો તો તમારૂં પોતાનું તથા તમારા સમાગમનાં આવનાર કંઇ કેટલા આત્માઓનું તમે કલ્યાણ સાધી શકશો.

જે વસ્તુ તમને અને તે સાંભળનારને કંઇ પણ લાભ આપનાર નથી તેનો સંગ ક્યાં સુધી સેવશો ? દુઃખના સાગરમાં ડુબકાં ક્યાં સુધી ખાસો અને ખવડાવશો. ચૈતન્ય આત્મા જાગ્રત થાઓ. તમારા પૂર્ણ સ્વરૂપે પ્રકાશો.

એક મનુષ્ય નદીને કીનારે બેઠો બેઠો ખાડો ખોદતો હતો, તેને ત્યાં થઇને જતા એક બીજા મનુષ્યે પૂછ્યું કે ભાઇ ? આ શું પ્રવૃત્તિ કરો છો. તેણે કહ્યું હું નદીના જળને

ગરમ કરવા પ્રયત્ન કરૂં છું. ઠંડા જળથી સ્નાન કરી નિત્ય કંટાળ્યો છું. શિયાળાના દિવસ છે અને ગરમ પાણીની મઝા કંઇ ઓરજ છે. પેલા પ્રશ્ન પૂછનાર મનુષ્યે અંતઃકરણમાં વિચાર કર્યો કે ખરેખર આ ભાઇ કંઇ સાડાત્રણ પાયાનો લાગે છે. નદીનું જળ તે કાંઈ ઉનું થતું હશે. તેણે ઠાવકું મોં રાખી પેલા માણુસને પ્રકટપણે કહ્યું કે ભાઇ આવી ઉંધી પ્રવૃત્તિને હાથ ધરવાનું શું પ્રયોજન હશે. નદીનું જળ તે કાંઇ ઉનું થતું હશે? તમે ગમે તેટલી સુરંગો મૂકશો તો પણ એ તો તેવુંને તેવુંજ રહેવાનું છે. એ કાંઇ સ્થિર નથી. હમણાં તમે જે જુઓ છો તે જળ ક્ષણવાર પછી નથી. નદીના જળને સતત્ વહેવું એજ તેનો સ્વભાવ છે. અને તેમાંજ તેની નિર્મળતા છે. કહી શકશો કે તમે કયા પ્રયત્ને તેમાં યશસ્વી થઇ શકશો? લોક જાણશે તો ગાંડામાં ગણશે.

પેલા ખોદનાર મનુષ્યે ગંભીરતાથી ઉત્તર આપ્યો. ભલે લોક મને ગાંડામાં ગણે તેની મને પરવા નથી. લોકની દૃષ્ટિએ જેમ હું ગાંડો છું તેમ મારી દૃષ્ટિએ લોક પણ ગાંડાજ છે. મેં હેતુ પુરઃસરજ આ પદ્ધતિનો સ્વીકાર કર્યો છે. જુઓ સાંભળો. તમેજ હમણાં જણાવ્યું છે કે નદીનું જળ વહેતું છે. જે હાલ છે તે ક્ષણ પછી નથી. ગયું તે તો ગયુંજ. તેને ઉનું કરવાનો પ્રયત્ન મિથ્યા છે. ત્યારે જગતના મનુષ્યો શું કરે છે. તેમની પ્રવૃત્તિ શું મારા જેવી

નથી ! વ્યતિત દુઃખદ પ્રસંગોને વારંવાર સ્મરણમાં આણી તેઓ અંતઃકરણમાં વિકલતા ધરી પ્રાપ્ત બળનો ક્ષય કરે છે. તમે કહી શકશો કે એ સ્મરણો વારંવાર વૃત્તિમાં આણવાની શી જરૂર છે ? જે થઇ ગયું છે તેને માટે ગમે તેટલા પ્રયત્ન કરીશું છતાં ન થનાર થવાનુ નથી. દુઃખદ સ્મરણોને તો ભૂલવામાંજ સાર છે. અને તેને જે ભૂલે છે તેજ મનુષ્ય સુખની સૃષ્ટિને પોતાની તરફ વધુને વધુ આકર્ષિ શકે છે. હાલમાં વહી જતું નદીનું જળ કોઈ પણ રીતે પાછું આવતું નથી તેજ મુજબ બની ગયેલા બનાવો ફરી ફરી બનતા નથી. ભૂતકાળના ચિંતનથી દુઃખી થયા કરવું એનો અર્થજ એ છે કે દુઃખના પાતાળી કૂવામાં આપણે વધારેને વધારે ઉંડા ઉતરતા જવું. વળી નદીનું જળ કોઇ પણ રીતે ઉનું થનાર નથી એ હું સારી રીતે જાણું છું છતાં તેમ કરવાનું મને જગતના આપણા બંધુઓએજ શિખવ્યું છે. પોતાની યોગ્યતા છે કે કેમ ? પોતાને મેળવવાનો અધિકાર છે કે કેમ એ વગેરે જાણ્યા તથા વિચાર્યા સિવાય તેઓ કોઇ પણ બાબતમાં ચાહોમ ઝૂકાવે છે. અને પરિણામમાં નિષ્ફળતા મળતાં પોતે દુઃખી થાય છે અને અન્યને કરે છે. સોયનું દાન કરી હાથીની માંગણી કરનાર પણ કંઈ કેટલા મનુષ્યો હોય છે. આવા મનુષ્યો ઉન્નતિપદમાં કોઈ દિવસ પણ આ ળ ધપી શકતા નથી. અને આવી આવી પ્રવૃત્તિ જોઇનેજ હું નદીનું જળ ગરમ કરવાની પ્રવૃત્તિ કરવા બેઠો છું.

લોકની નાડીને બરાબર તપાસનાર. અનુભવના ભંડાર-રૂપ મહાત્મન્ તમને મારા પ્રણામ છે. તે આવનાર માણસે કહ્યું. મેં તો પ્રથમ તમને ચસકેલ મગજના ધાર્યા હતા પણ તે ધારવામાં મારી ભૂલજ હતી. તેની આપ ક્ષમા કરશો.

તે મનુષ્યે વળતો જવાબ આપ્યો. ક્ષમા માગવાની કશીજ જરૂર નથી. તમે અને હું બને એક સરખાજ છીએ. હું મારા જીવપણાના દુઃખદ અનુભવને ટાળી શિવત્વનો અનુભવ કરૂં તો તમે કેમ ન કરી શકો? એક મનુષ્ય ઉન્નતિના શિખરે વિરાજતો હોય તો બીજો શા માટે ન વિરાજે. શું ઉન્નતિ શિખરના વાસી થવાનો પટો તેના એકલાનાજ નસીબમાં લખાયલો છે. જો તમે તેમ માનતા હો તો તેમાં તમારી ભૂલ છે. એક મનુષ્ય સુખનો અધિકારી છે. અને બીજો નથી એવું ધારવું એ બુદ્ધિની મંદતા છે. અને આ બુદ્ધિની મંદતાજ મનુષ્યને જડ રૂપે રાખે છે. સામર્થ્ય કાંઇ કોઇનું આપ્યું આવતું નથી. નાળીયેરના પાણીની "માફક તે તો સ્વતઃજ મનુષ્યના પોતાનામાંથીજ ઉભરાય છે. જ્યાં સુધી જગતના આ ભયાકુલ અને દુઃખાકુલ જીવો પોતાનામાંજ સુખનો અનુભવ કરશે નહિ ત્યાં સુધી તેઓ કદીજ ફત્તેહ પામશે નહિ. **વિજય** અને **શ્રી** મનુષ્યના પોતાના હાથમાં છે. તેનો જેવો પ્રયત્ન તેવું તેને ફળ મળે છે. ભાઈ તમારૂં કલ્યાણ થાઓ.

આવનાર મનુષ્ય ત્યાંથી રજા લીધી.

(૧૪)

ઈશ્વરને જાણવા એટલે શું ? ઇશ્વરને કેવી રીતે જાણી શકાય. ઇશ્વરના મુખ્ય ગુણોને પોતાના જીવનમાં ધારણ કરવાથી ઇશ્વરને જાણવાની યોગ્યતા મનુષ્યને પ્રાપ્ત થાય છે. આજે તમારી આગળ ઇશ્વરના એક મુખ્ય ગુણનું વિવેચન કરીશ. ઇશ્વરનો મુખ્ય ગુણ ક્ષમા ધર્મનો છે મનુષ્ય ગમે તેટલો પાપી હોય છતાં જો ઇશ્વરને શરણે જાય તો તેના પાપ તરફ ન જોતાં ઇશ્વર તેને પોતાનો કરી સ્થાપે છે. તમે તમારા જીવનમાં ક્ષમા ધર્મને કેટલો ધારણ કર્યો છે તે કહી શકશો. તમારા દુસ્મનને તમે કદી ક્ષમા આપી છે ? તમને આવી કોઇ ગાળ દઈ જાય અથવા મૂકી મારી જાય તેના પ્રતિ તમે કદી પ્રેમભાવ રાખી શક્યા છો. અરે તેનાથી વધુ નહિ તો તમારાજ ઘરની સ્ત્રી અથવા બાળક તમારૂં નુકસાન કરે તો તમે તેને ઉદાર દીલથી આશ્વાસન આપી શક્યા છો. જો આમાનું તમે કંઇજ કરી શક્યા નથી તો જાણજો કે ઇશ્વરને જાણવાનો તમને અધિકારજ નથી, ક્ષમાની મૂર્તિરૂપ થાઓ. અને તમારો એક દુસ્મન રહેશે નહિ. જાલિમમાં જાલિમ શત્રુને વશ કરવાની અદ્ભુત શક્તિ ક્ષમા ભાવમાંજ રહેલી છે જે મનુષ્ય અન્યના પ્રતિકૂળ વર્તનની ક્ષમા કરે છે. તેને પરમાત્મા હંમેશા ક્ષમા

આપે છે. દયા ધર્મ, એ તો વીરોનું ભૂષણ છે. પુર્વકાળના ક્ષત્રીય વીરોના ઇતિહાસોને જુઓ. પોતાના પ્રબળ શત્રુ કે જેને લીધે તેમને અપાર સંકટ સહેવાં પડયાં હોય છે તેને પણ ક્ષમા માગતાં તેના પૂર્વના વૈરને ભૂલી તેમણે ક્ષમાને આપી છે એટલુંજ નહિ પણ પોતાના મિજબાન કરી સ્થાપ્યા છે. આનુંજ નામ ખરી ક્ષત્રીયતા. આનુંજ નામ સાચી વીરતા. આનુંજ નામ સાચી દયા અને આનુંજ નામ ખરો ક્ષમા ભાવ.

આ ઉત્તમ ગુણ તમારામાં કદાચ આજેને આજે ન પ્રકટી શકે તો અકળાશો નહિ. ક્ષમાભાવ રાખવો એ લખવું જેટલું સરળ છે. તેટલું અનુભવમાં ઉતારવાનું સરળ નથીજ. મોટા મોટા તપસ્વીઓ પણ પ્રસંગ આવતા ક્રોધને વશ થઇ ગયા છે. તો નિત્ય રાજસ તામસ આહારને સેવના અને તેવાજ વાતાવરણમાં વસતા સામાન્ય મનુષ્યનો શો આશરો. તો પણ પ્રયત્ન કરનારને સઘળું સાધ્ય છે. તે આજે નહિ તો કાલે કે પછી વર્ષે પણ ફળ પ્રાપ્ત કરી શકે છે. તમે જો ધારશો તો ક્ષમા ભાવ તમારામાં ઘણી સારી રીતે ધારણ કરી શકવા સમર્થ થઇ શકશો.

ક્ષમા ભાવને રક્ષી રહેવાનું મુખ્ય સાધન **સાત્વિક આહાર** છે. ભંજીયાં ચટણી. રાઇતું. મરી, મસાલાવાળા પદાર્થો ખાવાના છોડી દો. મરચાંને ઠેકાણે મરીથી ચલાવો. જરૂર કરતાં હમેશા એક ગ્રાસ ઓછો ખાઓ. ખાવાને

માટે જીવો નહિ. પણ જીવવાને માટે ખાઓ. અને તે પણ પોષણ જેટલું ખાઓ. ઉપવાસનો પણ મહાવરો રાખો તેનાથી તમારા શરીરની શુદ્ધિ સારી રીતે સાધી શકાશે. પહેલાં તમારા ઘરથીજ ક્ષમા ભાવને વધારો. ઘરના સ્ત્રી પુત્ર અને બાળકો પ્રતિ ક્ષમા શીલ થાઓ અને ક્રમે ક્રમે તમે સર્વ પ્રતિ ક્ષમા કરી શકશો.

મનુષ્ય સ્વભાવ હમેંશા એવો હોય છે કે તે શુભમાં પણ અશુભ જુએ છે. જે જોવાનું છે તે જોતા નથી અને ન જોવાનું જુએ છે. જેમાંને તેમાં તેમને શંકાની દૃષ્ટિ ઉપસ્થિત થએલીજ રહે છે. અને તેને લીધે દુ:ખી થાય છે. ઇશ્વરને આપણી રક્ષક સત્તાની ભાર સોંપ્યા પછી શંકાશીલ થવું એટલે ઇશ્વરના સામર્થ્યમાં અવિશ્વાસ રાખવો એજ તેનો અર્થ થયો. મનુષ્યના હક ઇશ્વરના અસ્તિત્વના ભાનને વિસારી ગભરાય છે અને કરોળીયાએ બાંધેલી જાળની માફક ભયચિંતાના કોકડાં ઉભા કરી પોતેજ તેમાં લપટાય છે. ઇશ્વર અનાથોનો પણ નાથ છે. નિબળોનો રક્ષક છે. અને વિશ્વમાત્રનું પોષણ કરે છે. એવા પરમકૃપાવાન ભગવાન આપણું અહિત કેમજ કરે ? હમેંશા શુભની ભાવના કરો અને તમને પ્રકટપણે પણ કંઇ અશુભ જણાતું હોય તેમાં પણ શુભનેજ જુઓ. અશુભ એવી તો દુનિયામાં કોઇ વસ્તુજ નથી. જે થાય તે સારાને માટે. અને આંતર

મનમાંની ભયચિંતાને કાઢી નાંખો એટલે તમે પૂર્ણ થશો.

સત્યના પ્રદેશમાં વસનાર મનુષ્ય કદી પણ દીન અને દુઃખી થતો નથી. સત્યનો પ્રદેશ એ શિખરે સ્થિત થવા જવાના રસ્તામાં મુખ્ય દ્વારરૂપ છે જ્યાં સુધી મનુષ્ય સત્યને પોતાના જીવનમાં ધારણ કરતા શિખશે નહિ ત્યાં સુધી શિખર નાં દરવાજાનાં દર્શન તેને માટે દુર્લભ છે. સત્ય એ તો પરમાત્માનું વ્યાપક સ્વરૂપ છે સત્યના પ્રતાપથી ઇશ્વર સાક્ષાત્કાર પણ થઇ શકે છે. સત્યને સ્વીકારનાર પુરૂષમાંથી મહા પુરૂષ બને છે.

જગતમાં જૂ ઠું બોલવાની ટેવ એટલી બધી વધી ગઇ છે કે સત્યના પ્રતાપની તો કોઇને ભાગ્યેજ ખબર રહી હશે આ પ્રમાણે લખવાનું કારણ એટલુંજ છે કે જો પ્રતાપની ખબર હોય તો તેઓ સત્યવ્રતને સ્વીકાર્યા વિના રહેજ નહિ. સત્યજ આપણને સ્વતંત્ર મુક્તિનો અનુભવ કરાવે છે. તેજ આપણું સાચું પ્રાપ્તવ્ય છે. આ સત્યની પ્રાપ્તિ થવાનું સાધન ભાનરૂપ આપણી અવસ્થાની યથાર્થ સ્થિતિમાં સ્થિર થવું એ છે. સત્ય એક છે અને તે અદ્વિતીય છે. સત્યનું વાસ્તવતત્વ સર્વત્ર છે. અને તેના વિભાગ પડી શકે તેવું તે નથી પણ અખંડ એક રસ છે.

મનુષ્ય એ સાક્ષાત સત્યની પ્રતિમા છે. એ પ્રતિમા ઉપર એણે અસત્યરૂપી કાટના પડો એવાં તો દૃઢ કર્યાં છે કે પ્રતિમાનું શુદ્ધ સ્વરૂપ તેને હવે જોઇ શકાતું નથી. સદાચાર

રૂપ આમલીવડે એ કાટને તેણે કાઢી નાંખવાનો છે તે દૂર થયો કે તરત સત્યનું સ્વરૂપ ઝળહળશે.

તમારૂં આત્મસ્વરૂપ એજ સત્ય છે. અને તેનાજ અવલંબિ થાઓ. અંતઃકરણની ઉચ્ચતા બળ આનંદ, સુંદરતા એ સર્વ તમે તે દ્વારા પ્રાપ્ત કરી શકશો. ગમે તેવી પ્રતિકૂળ સ્થિતિમાં મૂકાયલા હો તે છતાં તમારા મનના ભાવને દુર્બળ કરશો નહિ. સદા સર્વદા આનંદમાં રહો. સાધન માત્રનું રહસ્યજ આ છે. તમે તેને પાર ઉતારો એટલે પૂર્ણ સ્વરૂપે વિરાજશો.

जगतनी बधी उपाधिने छोडीने ज्यारे आपणे शांत थइए छीए त्यारे बळमात्रनो अने सुखमात्रनो आपणा अंतःकरणमां प्रादुर्भाव थाय छे. तेथी दिवसमां एक अमुक समय निर्णित करी प्रतिदिन तेज समये शांत थवानो प्रयत्न करो. आपणामां रहेली प्रतिभा शक्तिनो पण एथी विकास थाय छे. अने जीवनना कष्टमय प्रसंगो सूर्य उदय थतां जेम हिमनो विलय थाय छे, तेम ते विलइ जाय छे.

સાધકનો સ્વાનુભવ.

ઉન્નતિની આશા કોને ન હોય? નાનાં કે મોટાં સર્વ પ્રાણી ઉન્નતિની ઇચ્છાવાળાં છે તો હું તેનાથી મુક્ત કેમ રહી શકું? ૩૩ વર્ષની ઉમ્મરમાં ઉન્નતિને માટે બહુ બહુ

ફાંફા માર્યાં. પરંતુ જોઇએ તેવી સફળતા પ્રાપ્ત કરી શક્યો નથી. શું જીવનમાં સદાને માટે નિષ્ફળતાજ અનુભવવાની લખેલી હશે ? માનવ જીવનનો હેતુ શું દુ:ખમયજ છે ?

આ પ્રકારના વિચારની પરંપરામાં એક સાધક આજે પોતાની સંયમશાળામાં બેઠો છે. દિવસ કાર્તિક કૃષ્ણ અષ્ટમીનો છે. બપોરના અઢી વાગ્યાનો વખત થયો છે. નથી આજે તેને પોતાના દેહનું ભાન કે નથી રહ્યું પ્રાપ્ત કર્તવ્યોનું ધ્યાન. ફક્ત ઉન્નતિના વિચારમાં અને તેને મળેલી નિષ્ફળતામાંજ તે આજે ગુલતાન બન્યો છે. ૩૩ વર્ષ દરમ્યાન બનેલા ભૂતકાળના પ્રસંગોએ આજે તેના જીવનને હચમચાવી નાંખ્યું છે. એટલામાં શિતળ પવનની લહરી આવી વિચારની પ્રણાલિકા અટકી. સાધકે ઉંચે ગગન તરફ જોયું તો વાદળાથી આકાશ છવાઇ રહ્યું છે. અને વૃષ્ટિની શરૂઆત થઇ છે. ધીમે ધીમે વરસાદ જોરમાં પડવા લાગ્યો. એક કલાક વિત્યો એટલે વાદળાનું જોર વિખરાયું. વરસાદ રહી ગયો અને આકાશ થોડીવારમાં પુર્વવત સ્વચ્છ થયું.

આ દૃષ્ય આજે સાધકને અપૂર્વ બોધ આપનાર થઇ પડયું. ચોમાસાના દિવસોમાં તે ઘણીએ વખત આવા દેખાવો જોતો. વાદળાથી ઘેરાયલું આકાશ ક્ષણમાં નિર્મળ થતું પરંતુ તેનાથી તેને જે બોધ ન સ્ફુરતો તે આજે કઋતુનાં એટલે વખત વગરના વરસાદથી સ્ફુર્યો. એકના એક બનાવોના સમાગમમાં મનુષ્ય રોજ આવે છે છતાં તેની ચમત્કૃતિ કોઇ

વેળાએજ સ્ફુરે છે એને આત્માની ધન્ય ક્ષણો કહેવામાં આવે છે તે પ્રમાણેજ આજે સાધકને થયું. દુઃખ એ તો સ્વચ્છ આકાશ ઉપર આવેલા વાદળાં જેવું છે એ રહસ્યનું સાચું ભાન તેની મતિમાં પ્રકટી આજે તેના જીવનપરિવર્તનનું સાધન બન્યું.

સાધક વિચારે છે. મારે શા માટે દુઃખમય પ્રસંગોને વૃત્તિમાં લાવવા ? દુઃખનું ચિંતન દુઃખને ઉપજાવે છે. ન હોય ત્યાંથી મારી પાસે તેને ખેંચીને લવે છે. તો હું આવી અવળી કૃતિને હજી ક્યાં સુધી કરીશ ? મારે જો આગળજ વધવું છે તો આ પ્રવૃત્તિ મને ઈષ્ટ નથી. હે આંતર સત્તા જાગ્રત થા. આજસુધી અવિહિત આચરણરૂપ કાળો પડદો મેં તારા ઉપર હાથે કરીનેજ નાંખ્યો હતો. તું પ્રકાશમય હોવા છતાં હું અંધકારમાં આમતેમ અથડાયો છું. આજે મને માર્ગ સુઝયો છે. મારી ક્યાં ભૂલ થતી હતી તે મને સમજાઈ છે. હું નિશ્ચય આગળ વધી શકીશજ. મારા નિશ્ચયની આડે આવવા હવે કોઈપણ સમર્થ નથી. નદી જેમ કઠીન કઢંગા વાંકા ચૂંકા માર્ગે ગતિ કરી આખરે સમુદ્રને મળે છે તેમ હું પણ હવે ગમે તેવા દુષ્કર જણાતા માર્ગોને વટાવી મારે ધારેલે સ્થાને પહોંચીશ.

સાધક પોતાની નોંધ લખવાની હવે શરૂ કરે છે. પોતે પોતાના અંતરાત્માનેજ કહે છે. સદ્વિવેકી વાંચનારે સાધકને સ્થાને પોતાની કલ્પના કરી લેવી. અને પોતેજ પોતાના આત્મા

ને કહે છે. એમ ધારીને વાંચવું. તેનાથી ખુબી કાંઇ એ:રજ આવશે. આટલી પ્રસ્તાવના કરી લેખક પોતાની કલમને અટકાવે છે.

સાધકની નોંધપોથીના કેટલાક પ્રસંગો.

પ્રિય આત્મન્ ? શા માટે નિરાશ થાય છે ? તારે નિરાશ થવા જેવું છે શું ! સ્વતંત્ર, મુક્ત, પૂર્ણ, અખંડ આત્મા તું સ્વયંજ્યોતિ સ્વરૂપ છે. તારી પાસે તો સદા સુખજ ભરેલું છે. મુક્તિ તને પ્રાપ્ત છે. ભૂમિતલને છોડી સ્વચ્છ સુરમ્ય આકાશ તરફ દૃષ્ટિ નાંખ. ભુરા રંગથી શોભીતું કેવું તે નિર્મળ છે. ગગનવિહારી થા તારૂં સ્વરૂપ ગગનવિહારી થવાને લાયક છે. તું ગગનવિહારી થવાને સંપૂર્ણ શક્તિમાન છે. ભાઇ ? દુઃખના રોદડાં ન રડીશ. કામધેનુ સમીપ છતાં ભૂખથી ન ટળવળીશ. નિત્ય એકાંતમાં જા. જગતની ઉપાધિઓનો ઘડીભરને માટે ત્યાગ કર. શાંત થા. હજી પણ સર્વ કરણોમાં શાંત થા. અને હૃદયમાં ઉંડો ઉતર. એકાગ્રચિત્તે ધ્યાન કર કે

હું નિત્ય મુક્ત સુખ સ્વરૂપ આત્મા છું.

જેમ તારૂં ધ્યાન દૃઢ થશે તેમ તું સુખના પ્રદેશમાં આવતો જશે. છે કાંઇ હવે કર્તવ્ય બાકી.

૨

પ્રભુની માયાનો આ શો ચમત્કાર ? મને તો એમજ થાય છે કે આને પ્રભુની માયા કહેવી કે દૃષ્ય વિષયનો મોહ કહેવો ? પ્રાપ્ત કર્તવ્યને જાણ્યા છતાં મન આજે વિપથગામી થાય છે. ભૂત અને ભાવિના સ્મરણો જીવનને હલાવે છે. વિકલ કરે છે. ચૈતન્ય સ્વરૂપ જાગ્રત થા તારા ચૈતન્યને પ્રકટાવ. દૃષ્યવિષયનો મોહ છોડી દે. આજે નહિ છોડે તો પરિણામે પણ તે છોડયા વિના તારો છૂટકો નથી. કેમકે તે વિનાશી છે. વિનાશી વસ્તુ ઉપર પ્રેમ ક્યાં સુધી રાખીશ ? રૂઢીના ચીલામાંથી બહાર આવ. તત્વ અંજન આંજી નેત્રમાં સામર્થ્ય પ્રકટાવ. સારા સારનો વિચાર કર. અને નિર્વિષયી થા. તારા આત્મસ્વરૂપ વિના તને સુખ કોઇજ પ્રાપ્ત કરાવી શકે એમ નથી. રાગ અને દ્વેષને છોડી શુદ્ધ થા. વિશ્વ આખું તારૂં કુટુંબ છે. તારે વળી મારા તારાના ભેદ શા ? સર્વાત્મદર્શી થા સર્વને પોતાના જાણ. તેમાંજ તારૂં કલ્યાણ છે. તેમાંજ તારી મુક્તિ છે.

૩

ખોટી ડામાડોળ અને આડંબરને વશ હે જીવ તું કદી ન થઇશ. તેં જનસમાજમાં ઘણે ઠેકાણે જોયું હશે કે ઘણા ખરા માણસો તો ઉપરના આડંબરનેજ વધુ પસંદ કરે છે. અને તેથી તને પણ તેમ કરવાની કદાચ ઇચ્છા પ્રકટી હોય

તે સ્વાભાવિક છે. પણ પ્રભુનો શું નિયમ છે એ તને ખબર છે ખરી કે ? પ્રભુ ડામાડોળને પસંદ કરતા નથી. તે તો હૃદયની સાદાઈ અને પ્રેમ જુએ છે. દુર્યોધનના પકવાન પડયાં મૂકી વિદુરની ભાજી, ખાધાનું મહાભારતમાં પ્રસિદ્ધ છે. તું જેવો છે તેવો જણાશે તેમાંજ તારો ઉદ્ધાર થશે. અંદરથી કપટી થઈ બહારથી પરોપકારી હોવાનો દાવો કરીશ. તો તારો થોડાજ સમયમાં વિનિપાત થશે. કેમકે જગત આરસી જેવું છે. જેવું તારૂં વર્તન તેવુંજ પ્રતિવર્તન બિંબ તેવુંજ પ્રતિબિંબ. આ નિયમ જગતમાં અનાદિકાળથી છે.

૪

આજે વળી નવો અનુભવ થયો. સાધનમાં બેસતા પૂર્વે શરીરમાં જડતા લાગે છે. સાધન સાધવામાં વૃત્તિ કંઇક મંદ છે. આમ થવાનું કારણ શું હશે તેનો વિચાર કરૂં છું તો જણાય છે કે ગઈ કાલે રાત્રિએ લીધેલો ખોરાક–મિષ્ટાન્નજ છે. સાધનોના માર્ગમાં આગળ વધવાની ઇચ્છાવાળા અભ્યાસીએ મિતાહારી રહેવું જોઇએ, અને શુદ્ધ સાત્વિક ખોરાકજ ગ્રહણ કરવો જોઇએ તેની ખરી અગત્ય આજે સમજાય છે. જરૂર કરતાં વધારે ખોરાક અને તે પણ સહેલથી પચી ન શકે તેવો ખાવાથી વ્યાધિનુંજ આમંત્રણ થાય છે એ વાત ખોટી નથી. હું તો વળી સાધનાભ્યાસી છું એટલે મારો ખોરાક નિયમિતજ જોઇએ અને તે પણ તામસ નહિ. હું આજથીજ

મારા આરોગ્યને અર્થે મારા સાધનના અભ્યાસને અર્થે શુદ્ધ ખોરાક લેવાના નિશ્ચયને કરું છું. કોઇના ગમે તેવા આગ્રહથી હું જરૂર કરતાં વધારે ખોરાક નહિજ લઊં.

૫

સાધનો સાધવાના માર્ગને ચૂકી આજે પારકાની પંચાતમાં પડયો છું. નથી થઇ શકયું ધ્યાન કે નથી થયા પ્રભુના નામના જાપ. સવારથીજ વ્યવહારની આંટીઘુંટીરૂપ પ્રશ્નોના ઝગડા અને તેના નિકાલ ચાલે છે. અંતઃકરણ એમ ગુપ્ત રીતે કહે છે કે મારે પારકાની પંચાત કરવાનો હક શું છે ? તારા કર્તવ્ય શાં ઓછાં છે કે જેથી તેને વિસારી તું બીજાનાં કામમાં માથું મારેછે. પ્રથમ તું પૂર્ણ થા. અપૂર્ણ મનુષ્ય બીજાને પૂર્ણ કરવાના સામર્થ્યને ધરાવતો નથી. મનુષ્ય જેટલો સમય પારકી પંચાતમાં વ્યતિત કરે છે તેટલોજ સમય પોતાની આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ અર્થે ગાળે તો થોડાજ સમયમાં શિખરે પહોંચી શકે ? દુઃખરૂપ પારકી પંચાત તને આજે મારા છેલ્લા પ્રણામ છે. દુનિયા ભલે મને ગાંડો એક ઇન્દ્રિયના જ્ઞાનવાળો કહે તેની પરવા નથી. મારે તો મારાં કર્તવ્યોને ઉત્તમ રીતે બજાવવાં છે.

૬

આજને મૂકી કાલની ચિંતા કરશો નહિ. આવતી કાલે મારૂં શું થશે એ વિચારે આજેજ કંઇ કેટલાક માણસો પોતાના

જીવનને કલેશમય અને દુઃખમય બનાવ્યું છે ? કાલની ચિંતા કોને હોય ? ચૌદ ભુવનના નાથ ઉપર જેને ભરોસો નહિ હોય તેને ? હે અશ્રદ્ધાળુ જીવ આખા વિશ્વભરનું પોષણ જે વિશ્વંભર કરે છે તેના ઉપર તને શું વિશ્વાસ નથી. ધિક્ હજો તારી બુદ્ધિ ચાતુર્યતાને. બુદ્ધિહિન પ્રાણીને પણ જે પરમાત્માનો વિશ્વાસ છે તેજ પરમાત્માનો બુદ્ધિ સંપન્ન મનુષ્યને વિશ્વાસ નથી. હું સારી રીતે આ જ્ઞાનને જાણું છું છતાં મારામાં આજે ચિંતા કેમ પ્રકટી હશે. આનુંજ નામ મારૂં અજ્ઞાન અને આ અજ્ઞાનનેાજ મારે નાશ કરવાનો છે. માયાનું આવરણ એટલું પ્રબળ છે કે તેના પાશમાંથી ભાગ્યેજ છૂટાય છે. ત્રિભુવનમોહિની માયાદેવી ? તને મારા આજે પ્રણામ છે. મને તારી કસોટીમાં કૃપા કરીને ન તાવીશ.

૭

રસ્તે ચાલી જતા એક ભીખારીને શ્રીમાન મનુષ્યે રૂ. પાંચ આપવા માંડયા. એટલે ભીખારીએ તે લેવાની ના પાડી અને કહ્યું બાપુ ? ગરીબની મશ્કરી શું કરો છો ? મારાથી પાંચ રૂ. ન લેવાય. મારો અધિકાર તો પૈસા બે પૈસાનો.

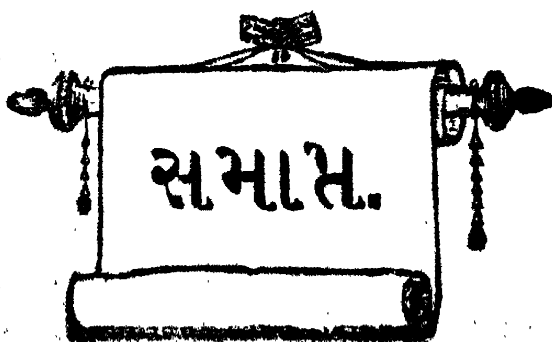
આ દૃષ્ય મેં જોયું હતું. શ્રીમાન ગૃહસ્થે તો પોતાની ઉદારતાથીજ રૂ. આપવા માંડયા હતા પણ પેલા ભીખારીનો અધિકાર ન હોવાથી તેનાથી લેવાયા નહિ. આજ પ્રમાણે,

માણસો પણ ભીખારીની માફક પોતાને અધિકાર વગરના માની સુખ સંપત્તિ જ્ઞાન અને આરોગ્યથી વિમુખ રહે છે. મનને સર્વોત્તમ પ્રદેશમાં રમાડવાની જરૂર છે. હલકા વિષયેનું ચિંતન એને ઇષ્ટ નથી.

૯

પ્રભુની ભક્તિથી સર્વ સુખ પ્રાપ્ત થાય છે. આ મહાવાક્યને દૃષ્ટિ સન્મુખ રાખી હું મારા અંતર્યામિની ઉપાસના કરૂં છું. અંતઃકરણને કોરા કાગળ સમું રાખી વિચાર માત્રથી રહિત થઇ પરમાત્માના સ્વરૂપના ધ્યાનમાં લિન થાઉં છું. અને મારી એકાગ્રતા જેમ જેમ વધતી જાય છે તેમ તેમ મારૂં પૃથક અંહ તેમના સ્વસ્વરૂપમાં ગળી જાય છે. હવે મારે શાની જરૂર હોય ! હું પોતેજ **સત, ચિત્ત,** અને **આનંદ** સ્વરૂપ છું.

આ મહાન અનુભવ સર્વ સાધનાભ્યાસી નરનારીને પ્રાપ્ત થાઓ. અને તેઓ પોતે પણ પોતાના સ્વરૂપાનંદમાં ગર્જી રહો એવી શુભ ભાવના પૂર્વક **હરિ ૐ શાંતિઃ શાંતિઃ શાંતિઃ**



મુંઝાશો નહી.

સ્ત્રી ઊપયેાગી, સુંદર; સુંદરીનાં શણગાર રૂપ;
શુદ્ધ. સ્વદેશી. વસ્તુઓ કયાંથી લેવી ?
તે સવાલ. તમારા મનને પુછીને.

મુંઝાશો નહી.

અમારૂ સરનામું કૃપા કરી નીચેની વસ્તુઓ માટે નોંધી લેશેા. તેા તમારા પૈસા ખરચાય તે બદલ તમને પુર્ણ સંતોષ મળશે.

રેસમી સાડીઓ વાર ૫ ની નાંહનો તથા મોહટી ચોકડી ભાતની દરેક રંગમાં ૪૫ ઇંચ પજ્ઞાની રૂ. ૨૫-૦-૦

રેસમી રૂમાલેા સફેત તથા રંગીન
સાઇઝ ૨૧×૨૧ નંગ ૧નાં રૂ. ૧-૪-૦

૧૦૫ ઇંચ. પનાનો મોલના સુતર અને હાથવણાટની ઝીણી ખાદી. (મચ્છરદાની. ચાદરેા વીગેરે માટે અતિ ઊપયેાગી.) વાર ૧નેા રૂ. ૧-૮-૦

ચતરભુજ મોહનજી એન્ડ સન્સ.
જેમ્સ સ્ટ્રીટ.

સીકંદરાબાદ.
(દખણ)

પ્રાણ ચિકિત્સા.

બીજી આવૃત્તિ.

સોનાની ખાણુ જેવા કિંમતી અને ગુપ્તભેદો જાણવા હોય, દુ:ખી અને નિર્બળ ન રહેવું હોય તો પ્રાણચિકિત્સા મંગાવો લોકપ્રિય પુસ્તક પ્રાણાયામના અનુસંધાન રૂપ રાજયોગની ગુપ્ત ક્રિયાઓને દર્શાવનાર ઉપયોગી પુસ્તક. મૂલ્ય આના ૩ પોષ્ટેજ સાથે.



સુખનો મહામંત્ર.

બીજી આવૃતિ.

તમે જ્યારે ચોગરદમ દુ:ખથી ઘેરાયલા હો,
બચવાનું એકપણ સાધન રહ્યું ન હોય.
સર્વ સ્થળમાં નિષ્ફળતા અને નિરાશાજ મળતી હોય.

તે વખતમાં

આ પુસ્તક વાંચો. તે એક સુખનો મહામંત્રજ છે.
એના વાંચન અને મનનથી તમારી રગેરગમાં ઉત્સાહ ઉભરાશે.
જીવન બળ પ્રાપ્ત થશે. અને તમે સુખના સાગરમાંજ મહાલશો.
સર્વ કોઈ એક સરખો લાભ લે તે અર્થે કિંમત ફક્ત બે આના.

વિશ્વજ્યોતિ કાર્યાલય

અડાજણ—સુરત.

સર્વ કોમને માટે:



સોના, ચાંદી તથા ઝવેરાતના નવી નવી ફેશનના
દાગીના બનાવનાર તથા વેચનાર.

સ્ત્રી પુરૂષો અને બાળકોનો સુંદર **શણગાર** તઇયાર.

ટુંક મુદતમાં ફતેહ કેમ મળી ?

— કેમકે —

હુન્નરની સાથે પ્રમાણીકપણું,

—: અને :—

એકજ ભાવ તેમજ ખરો વાયદો એજ અમારી
ચોખ્ખી છાપ છે.

ઝવેરી મોતીલાલ એન્ડ સન્સ

શો રૂમ—ભાગાતળાવ

વર્કસોપ આમલીરાન સ્ટ્રીટ—સુરત.